AFRIQUE UNIE · CARNET DE VOYAGE

Guinée équatoriale en 9 jours : l'itinéraire jour par jour

Encore très peu visitée, la Guinée équatoriale se partage entre l'île volcanique de Bioko, où se trouve Malabo, la capitale jusqu'en janvier 2026, et une partie continentale couverte de forêt, le Río Muni. En neuf jours, cet itinéraire parcourt Bioko, de la ville coloniale aux plages de ponte des tortues d'Ureca, puis rejoint Bata en avion pour explorer la forêt de Monte Alén. Tout le pays est placé en vigilance renforcée : vérifiez les conseils officiels aux voyageurs avant le départ et prévoyez de solides démarches administratives.

Jour par jour

Jours 1-2 · Malabo, ville insulaire (nuit : Malabo)
Vous atterrissez à Malabo, au nord de l'île de Bioko. Le centre historique a gardé ses maisons coloniales espagnoles à balcons, autour de la place de l'Indépendance et de la cathédrale Santa Isabel, aux deux tours néogothiques. Flânez dans ces rues tranquilles, puis rejoignez le front de mer et sa promenade, agréable en fin d'après-midi. Le lendemain, visitez le parc national de Malabo, un vaste espace vert aménagé en bord de mer, et le marché pour ses fruits tropicaux. Ne photographiez jamais les bâtiments officiels ni les militaires, gardez une copie de votre passeport et de votre visa sur vous, et évitez de fréquenter seul la nuit les promenades du bord de mer.

Jour 3 · Le Pico Basilé, toit du pays (nuit : Malabo)
Haut d'environ 3 000 mètres, le Pico Basilé est le point culminant du pays et domine Malabo. Une route goudronnée monte vers le sommet, occupé par des antennes de télécommunication. L'accès peut être réglementé : renseignez-vous sur place et partez avec un chauffeur ou un guide connaissant les autorisations nécessaires. En montant, la forêt tropicale fait place à une végétation de montagne, et le parc national abrite des oiseaux rares, dont un petit passereau que l'on ne trouve que sur les hauteurs de ce volcan. Partez tôt : les nuages couvrent souvent le sommet en fin de matinée. Par temps clair, on aperçoit le mont Cameroun au nord-est. Prévoyez des vêtements chauds, car il fait frais en altitude.

Jours 4-5 · Le sud de Bioko et les plages d'Ureca (nuit : Ureca ou Luba)
Partez vers le sud par la route côtière jusqu'à Luba, deuxième ville de l'île, à environ une heure de Malabo, puis faites un détour par les hauteurs de Moka, avec ses prairies et ses lacs de cratère, avant de rejoindre Ureca, sur la côte sud : renseignez-vous sur l'état de la route. Ce village isolé, l'un des endroits les plus pluvieux d'Afrique, est réputé pour ses plages de sable noir où plusieurs espèces de tortues marines viennent pondre, surtout de novembre à février. Les observations se font de nuit, avec les équipes de protection présentes sur place. Le hameau est très simple : prévoyez lampe frontale à lumière rouge, vêtements de pluie et provisions. Une autorisation peut être demandée : vérifiez-la avant le départ.

Jour 6 · Retour à Malabo et vol pour Bata (nuit : Bata)
Remontez vers le nord dans la matinée, sans rouler de nuit, et faites une halte à Luba pour sa baie et son petit port. À Malabo, prenez un vol intérieur pour Bata, principale ville de la partie continentale. La traversée en ferry est déconseillée : des attaques ont visé les bateaux reliant l'île au continent, et l'avion reste la solution recommandée. Bata s'étend le long d'une longue plage, bordée par une promenade moderne où les habitants se retrouvent le soir. Installez-vous dans un quartier central et dînez près de votre hébergement. Comme à Malabo, évitez de vous promener seul la nuit sur le front de mer et choisissez vos taxis avec soin.

Jours 7-8 · La forêt de Monte Alén (nuit : Bata)
Le parc national de Monte Alén, le plus grand du pays, couvre environ 2 000 kilomètres carrés de forêt dense et de reliefs au centre du Río Muni. Comptez plusieurs heures de route depuis Bata, sur une route en grande partie goudronnée : partez à l'aube et revenez avant la nuit, ou dormez à proximité si un hébergement est ouvert. Avec un guide, suivez les sentiers à la recherche de primates, d'oiseaux et peut-être d'éléphants de forêt, plus souvent repérés à leurs traces. La grenouille goliath, la plus grande du monde, vit dans les rivières du parc. Le second jour, détendez-vous sur les plages au sud de Bata, en restant toujours dans les endroits fréquentés.

Jour 9 · Retour à Malabo et vol retour (nuit : Vol retour)
Reprenez un vol intérieur de Bata vers Malabo, d'où partent la plupart des vols internationaux. Laissez une marge confortable entre le vol intérieur et votre vol retour : les horaires peuvent changer au dernier moment. Si votre billet le permet, prévoyez plutôt une nuit à Malabo avant le départ. Avant de quitter le pays, gardez vos documents à portée de main, car les contrôles sont fréquents à l'aéroport comme sur les routes. Pour les souvenirs, l'artisanat local en bois et les tissus se trouvent sur les marchés, mais évitez tout objet issu d'espèces protégées. Une dernière promenade dans le centre colonial de Malabo conclut bien le séjour, si le temps le permet.

Se déplacer

Le pays n'a pas de réseau de transport collectif fiable : le plus simple est de louer une voiture avec chauffeur, recommandée par votre hébergement. Évitez les taxis seuls, même de jour, et ne roulez pas la nuit. Les barrages routiers sont nombreux : arrêtez-vous toujours et gardez vos papiers sur vous. Entre Bioko et le continent, prenez l'avion plutôt que le ferry, comme le recommandent les conseils officiels. Une autorisation peut être demandée pour photographier ou visiter certains sites : renseignez-vous à l'arrivée.

Quand partir

La saison la plus sèche, de décembre à février, est la meilleure période : routes plus praticables, sommet du Pico Basilé plus souvent dégagé et ponte des tortues marines sur les plages d'Ureca. Le reste de l'année, les pluies sont abondantes, en particulier dans le sud de Bioko, l'une des régions les plus arrosées du monde. La chaleur humide est constante, avec des températures plus fraîches en altitude.

Infos pratiques

Guinée équatoriale

Formalités	Selon votre passeport : visiterafriqueunie.com/visa/guinee-equatoriale/
Fièvre jaune	Certificat exigé si vous arrivez d'un pays à risque
Paludisme	dans tout le pays
Monnaie	Franc CFA (XAF)
Langues	Espagnol, français, portugais
Prises	type C, E · indicatif +240 · UTC+1
Urgences	police 113 ou 666 30 30 30 ou 666 40 40 40 · ambulance 3101 · pompiers 115
Ambassade de France	Malabo · +240 333 09 20 05

Check-list du départ

Documents

☐ Passeport valide au moins six mois après le retour, avec des pages vierges
☐ Visa ou e-visa (imprimé si demandé)
☐ Carnet de vaccination international (fièvre jaune si exigée)
☐ Attestation d'assurance voyage et numéro d'assistance
☐ Copies papier et numériques du passeport et des réservations
☐ Billets, réservations et adresses enregistrés hors ligne
☐ Permis de conduire international si vous louez un véhicule

Santé

☐ Consultation voyage faite et vaccins à jour
☐ Traitement antipaludique si votre médecin le recommande
☐ Trousse : pansements, désinfectant, antidiarrhéique, sels de réhydratation
☐ Répulsif anti-moustiques adapté aux tropiques
☐ Crème solaire, chapeau et lunettes de soleil
☐ Médicaments personnels et ordonnances

Argent et connexion

☐ Banque prévenue, carte Visa ou Mastercard (et une carte de secours)
☐ Espèces en euros ou en dollars, billets récents et en bon état
☐ eSIM ou carte SIM locale prévue
☐ Adaptateur de prise adapté au pays
☐ Batterie externe et câbles
☐ Cartes hors ligne téléchargées
☐ Application Afrique Unie installée

Dans le sac

☐ Vêtements légers et couvrants (soleil, moustiques, lieux de culte)
☐ Une polaire pour les soirées, les safaris à l'aube et l'altitude
☐ Chaussures de marche et sandales
☐ Lampe frontale
☐ Gourde (idéalement filtrante)
☐ Petit sac de jour et pochettes étanches
☐ Cadenas pour les bagages

Avant de fermer la porte

☐ Conseils aux voyageurs de votre pays relus
☐ Voyage déclaré au service consulaire de votre pays (s'il le propose)
☐ Itinéraire et contacts laissés à un proche
☐ Enregistrement en ligne fait et franchise bagages vérifiée

Carnet créé à partir de visiterafriqueunie.com/itineraires/guinee-equatoriale-en-9-jours/ · informations vérifiées en novembre 2026 sur les sources officielles. Les règles d'entrée, de santé et de sécurité changent : revérifiez-les avant le départ (conseils officiels de votre pays, ambassade du pays visité).