



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismocaiabbiategrasso@gmail.com



TREKKING Intersezionale

SARDEGNA

"IL SUPRAMONTE"
tra Terra, Cielo e Mare

dal 19 al 25 Maggio 2024

IL SUPRAMONTE: è un grande altopiano calcareo racchiuso tra precipiti pareti, dove lo scorrere perenne dell'acqua ha inciso, bucato, forgiato questo altopiano creando un vero paradiso per escursionisti ed arrampicatori. Grandi spazi, scenari naturali, boschi estesi e cime nude, dove l'esplosione di colori in primavera rende straordinariamente affascinante il trascorrere del tempo.

Il mare si unisce alla montagna in un magnifico connubio di colori e profumi, e noi, potremo vivere un'esperienza sensazionale camminando "tra terra, cielo e mare"

Un trekking vario e mai faticoso, che permetterà di godere dell'assoluta bellezza di questi luoghi in compagnia e con la simpatia che solo il CAI sa dare.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: **Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30**

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismocaiabbiategrasso@gmail.com



PROGRAMMA

DOMENICA 19 – partenza S.MARIA NAVARRESE Arrivo in aereo ad Olbia e trasferimento a Santa Maria Navarrese. Grazioso borgo sul mare ricco di ombrosi alberi ma soprattutto di olivastri secolari e millenari, la piazza e i pendii verdeggianti che risalgono dal mare sono interrotti solo dal bianco dell'antica Chiesa risalente al 1050. Incontro con la guida e visita del paese e dintorni.

Alloggeremo in albergo *** SUPERIOR per l'intera settimana.

LUNEDI 20 - CALA GOLORITZE' Partenza in fuoristrada da Santa Maria Navarrese a Su Porteddu e proseguimento a piedi per Cala Goloritzè passando da Serra Salinas, punto panoramico dal quale si può ammirare la Cala da 450 mt di altezza. Il sentiero procede in discesa lungo un canale costellato da enormi lecci secolari fino a raggiungere la spiaggia caratterizzata dai colori delle sue acque cristalline, dall'imponente arco di roccia proteso sul mare; la spiaggia è sovrastata dalla famosa guglia calcarea, meta di free climbers da tutta Europa. Nel pomeriggio visita ai vari siti di interesse culturale: la voragine di Su Sterru profonda 290 mt, le Piscinas laghetti naturali che raccolgono acqua piovana. Rientro in fuoristrada a Santa Maria Navarrese

Dislivello metri 550 - tempo di percorrenza ore 5,00 circa. Difficoltà: E

MARTEDI 21 - CALA SISINE Partenza in fuoristrada da Santa Maria Navarrese per Cala Sisine Dall'altopiano di Golgo raggiungiamo la località Ololbissi. Proseguiamo a piedi lungo una mulattiera panoramica che sovrasta la costa permettendo di ammirare tutto il Golfo di Orosei e una vasta porzione del massiccio calcareo dell'entroterra. Lungo il sentiero troviamo alcuni ovili tipici e scopriamo le ingegnose scorte d'acqua raccolte dai pastori negli anfratti delle rocce. Raggiunta la parte finale della spettacolare Codula di Sisine, la percorriamo fino ad arrivare alla spiaggia.

Dislivello metri 350 salita – 600 metri in discesa - tempo di percorrenza ore 5,00 circa. Difficoltà EE

MERCOLEDI 22 - CALA MARIOLU Partenza fuoristrada da Santa Maria Navarrese a Piredda proseguimento a piedi per Ispuligidene (cala mariolu). Raggiungeremo lo spettacolare arco di roccia calcarea di Serra Lattone e alcuni ovili. Proseguiamo attraverso una scala di ginepro sospesa nel vuoto, antico passaggio dei pastori di Baunei, ci inoltriamo nella foresta di lecci che sovrasta la costa, con alcuni rari esemplari di carpino nero. Nel pomeriggio rientro in gommone a Santa Maria Navarrese

Dislivello metri 200 metri in salita - 550 in discesa - tempo di percorrenza ore 4,00 circa. Difficoltà EE

GIOVEDI 23 - CALA LUNA Partenza in fuoristrada da Santa Maria Navarrese per Cala Luna Raggiungiamo la località Bidonie attraverso una carrareccia che ci permette di osservare paesaggi rupestri e scenografici. Il fuoristrada sale fino a raggiungere i 1000 mt. Lasciati i fuoristrada proseguiamo a piedi lungo una comoda mulattiera fino alla spiaggia di Cala Luna. Lungo il tragitto visitiamo alcuni ovili tipici molto ben conservati e l'arco di roccia di Lopiro. Nel pomeriggio rientro in gommone al porticciolo di Santa Maria Navarrese. *Il rientro in gommone permette di ammirare per circa 1 ora e mezza la falesia costituita da un unico bastione di roccia intervallato da piccole spiagge, grotte e guglie.*

Possibilità di arrivare a Cala Luna direttamente con la barca per attendere il gruppo che arriverà a piedi.

Dislivello metri 100 metri in salita - 700 in discesa tempo di percorrenza ore 3,30 circa. Difficoltà T - E

VENERDI 24 - GOLE DI GORROPPU Partenza in pullman da Santa Maria Navarrese per Gorropu fino alla località Genna Silana. Proseguimento a piedi per le gole di Gorropu che raggiungiamo attraverso una comoda e panoramica mulattiera che attraversa un bosco di lecci secolari. Visita dell'omonima Gola, un'impressionante canyon scavato nel tempo dal Rio Flumineddu. Le pareti del canyon hanno un primato in Europa: raggiungono i 300 mt di strapiombo. Nel pomeriggio risalita a Silana e rientro in pullman a Santa Maria Navarrese.

Dislivello metri 700 m - tempo di percorrenza ore 5,00 circa. Difficoltà E

SABATO 25 - Mattinata libera (relax, spiaggia, shopping ecc.), partenza con pullman da Santa Maria per aeroporto di Olbia dopo pranzo.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com



Gli itinerari descritti potranno subire variazioni in funzione delle condizioni meteorologiche.

Le escursioni giornaliere prevedono spostamenti con diversi mezzi a seconda del tipo di strade da percorrere: pullman, fuoristrada, pulmini, barche.

Difficoltà: Escursionismo Facile - Livello scala CAI T-E

NOTA BENE: gli itinerari così come la sequenza delle giornate descritte potranno subire variazioni in funzione delle condizioni meteorologiche, logistiche e di sicurezza per il Gruppo.

Quota di partecipazione: **SOCI CAI: € 860.00** (€ 250.00 da versare all'atto dell'iscrizione)

NON SOCI CAI: € 965.00 (€ 250.00 da versare all'atto dell'iscrizione)

Singola su richiesta con supplemento di € 120,00.

Per quanti interessati ma non ancora Soci, suggeriamo l'iscrizione al CAI in quanto la differenza di prezzo (dovuta esclusivamente ad accensione di pratica assicurativa e soccorso) coprirebbe ampiamente il costo dell'iscrizione, con tutti i benefici annuali associativi che ne derivano.

Le iscrizioni si apriranno il 15 dicembre 2023 con il versamento di € 250.00 come caparra, dando la propria adesione scrivendo all'indirizzo di posta escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com, **NB: SI CONSIDERANO ISCRITTE LE PERSONE CHE HANNO VERSATO LA "CAPARRA" e NON CON LA SOLA ADESIONE SCRITTA VIA MAIL.**

Le iscrizioni si chiuderanno il 31 marzo 2024 o prima per esaurimento dei posti disponibili. **Il saldo dovrà avvenire tassativamente entro il 15 aprile 2024.** IBAN: IT36D062303238000030492882

La quota comprende:

- Sistemazione in Albergo *****Superior**. in camere doppie, o triple (*abbinamento camere a richiesta*).
- Uso spiaggia della struttura.
- Colazione a Buffet (dolce e salato), Cena con menu a scelta 2 primi e 2 secondi
- Il pranzo al sacco con prodotti locali.
- Trattamento in pensione completa; sacchetto viveri durante le escursioni. Bevande incluse ai pasti (acqua e vino)
- Tutti i trasferimenti giornalieri dall'albergo ai punti di partenza delle escursioni in fuoristrada e pullman
- I trasferimenti in barca da alcune "cale" raggiunte a piedi.
- Guida naturalistica – turistica locale durante tutte le escursioni.
- Il trasferimento A/R con bus G/T da Olbia aeroporto a Santa Maria Navarrese.
- Mance
- Accompagnatori Titolati-Qualificati CAI della Sezione.
- Assicurazioni CAI.

La quota non comprende: il Biglietto Aereo, gli extra personali e tutto quanto non specificato nella voce "la quota di partecipazione".

ATTENZIONE: il nostro volo con A/R da Milano Malpensa è operato dalla compagnia EASY JET volo EJU3587 partenza ore 7,00 del 19 maggio e ritorno da Olbia per Milano Malpensa il giorno 25 maggio alle ore 17,45 volo EJU3590. All'uscita del programma (15 dicembre 2023) il biglietto aereo A/R – EASY JET diretto da Milano Malpensa ad Olbia costa circa 110-250 euro A/R, prezzo variabile in base al posto e al tipo di bagaglio imbarcato, ad oneri accessori che si vogliono includere, e soprattutto alla data dell'acquisto. Suggeriamo se interessati a partecipare, di acquistare velocemente il biglietto (in quanto nel tempo il prezzo può aumentare) autonomamente e comunicarlo al Capogruppo. Per chi non fosse pratico e volesse farsi dare una mano nell'acquisto del Biglietto Aereo siamo disponibili a farlo o presso la Sezione oppure richiedendolo direttamente al CapoGruppo ma pagandolo anticipando direttamente il prezzo del biglietto.

Attrezzatura necessaria: Normale abbigliamento da trekking, pedule e zaino, eventuali bastoncini per le escursioni giornaliere costume da bagno e il necessario per il mare repellente insetti.

N.B. La realizzazione del trekking è subordinata ad un'adesione minima di 25 persone.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com



DISDETTA

Qualora il Partecipante dovesse recedere dalla partecipazione dopo la data del 15 aprile 2024 sarà soggetto alla perdita della caparra versata. Se il recesso dovesse avvenire dopo la data del 30 aprile 2024 oltre alla caparra verrà trattenuta la quota relativa al soggiorno in albergo.

Il trekking è alla portata di chiunque ma richiede uno spirito di adattamento a situazioni e/o imprevisti che si potrebbero verificare durante il trekking stesso.

ACCOMPAGNATORE ed ORGANIZZAZIONE: **ANE Paolo Zambon** 338 4452936 – zetazeta@tin.it
ACCOMPAGNATORE: **AE Maurizio Cerri** tel 338 2206270