



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Verona
Commissione Escursionismo
Gruppo Senior CAI d'Argento



TREKKING SARDEGNA SUD OVEST
DA SABATO 4 MAGGIO – SABATO 11 MAGGIO 2019

Riteniamo corretto precisare che trattasi di un soft-trekking ispirato a concetti naturalistici, culturali, inadeguato per scalatori, arrampicatori, alpinisti e rocciatori, ecc.

Organizziamo con la collaborazione dell'Agenzia "Le Isole d'Italia":

Il Sulcis - Iglesiente è uno dei territori più antichi di tutta la Sardegna, ricco di siti archeologici, di musei, di resti pre-Nuragici e Nuragici, Fenici, Cartaginesi, Romani, Vandali e Bizantini.

Ci ospiterà a Carbonia il moderno Lù Hotel (****) dotato di zona wellness e piscina. Vi invitiamo a visitare il sito prima di aderire. Le spiagge distano una decina di chilometri e sono raggiungibili anche tramite navette gestite dall'Hotel.

1° giorno: Volo per Cagliari. Trasferimento in bus per **Carbonia**. Arrivo in hotel. Check-in. Sistemazione nelle camere. Cena e pernottamento.

2° giorno: Sentiero delle Tonnare – 6 h circa – dslv: + 170 m – diff: media

Colazione. Trasferimento in bus per una breve visita delle antiche tonnare e partenza per il trekking sul "**Sentiero delle Tonnare**". Sosta sulla spiaggia di Guroneddu per un eventuale bagno e successivo pranzo libero. Percorrenza della seconda parte del sentiero sino alle tonnare di Porto Paglia. Visita del Nuraghe di Seruci e delle querce piegate dal maestrale. Pranzo libero. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

3° giorno: Sentiero dei 5 faraglioni – 4/5 h circa – dslv: +370 m – diff: media

Colazione. Trasferimento a Funtanamare punto di partenza dell'escursione. Il sentiero segue la variegata linea di costa del golfo del leone, particolarmente interessante dal punto di vista geologico. Sosta intermedia in una delle tante calette per un eventuale bagno, pranzo libero e avvio seconda parte verso le laverie di Nebida e la miniera di Masua. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

4° giorno: Miniere nel Blu – 5 h circa – dslv: +460 m – diff: medio/alta

Colazione. Partenza per visita del Porto Pensile di Porto Flavia. Inizio del trekking da Masua a Cala Domestica, sul "**Sentiero miniere nel Blu**". Sosta intermedia nel sito naturale di Canal Grande per un eventuale bagno e pranzo libero. Seconda parte del sentiero sino a Cala Domestica. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

5° giorno: Sant'Antioco – trekking urbano.

Colazione. Trasferimento in pullman dall'hotel a **Sant'Antioco**. Trekking urbano alla scoperta dell'Isola. Possibilità di visitare la cattedrale, il museo Archeologico che conserva ed espone al suo interno un'ampia gamma di reperti provenienti dall'isola di Sant'Antioco, Tophet e il Villaggio Ipogeo, antica necropoli punica trasformata in abitazione dalle persone più povere del paese. Breve tour alla scoperta delle peculiarità storico culturali del luogo. Pranzo libero. Nel pomeriggio visita di Calasetta, del centro storico e sosta in spiaggia.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

6° giorno: Isola di San Pietro: 2/3 h - dslv:100 m. - diff: E. Colazione. Partenza con Bus per porto Vesme. Trasferimento sull'Isola di San Pietro. Brevi trekking alla scoperta delle Cale. Con il Bus si raggiunge la prima tappa dell'escursione vicino Capo Sandalo, uno dei luoghi più affascinanti dell'isola. Dopo la sosta al belvedere, si prosegue in direzione del faro risalente al 1864 la cui lanterna si erge a 138 metri sul livelli del mare. Da qui ci si dirige verso la splendida Cala Fico, un profondo fiordo che si chiude con una piccola spiaggetta di grossi ciottoli, con pareti rocciose a strapiombo che si tuffano nel mare cristallino. Questa suggestiva cala è inoltre un'oasi avifaunistica dove Nidifica il falco della Regina. Dopo il trekking sarà possibile visitare (accompagnati dal pullman) le

spiagge de' "La Bobba" e di "Le Colonne" (Monumento naturale). Infine una visita guidata alla scoperta "du Pàize", il centro abitato di Carloforte. Pranzo libero. Imbarco, rientro in hotel. Cena e pernottamento

7° giorno: Capo Pecora-Scivu – 6 h circa – dslv: 200 m – diff: media

Colazione. Partenza verso Buggerru. L'escursione parte da Capo Pecora e termina sulle selvagge spiagge di Scivu. Sosta intermedia per bagno e pranzo libero. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

8° giorno: colazione. Check-out. Trasferimento dall'hotel all'aeroporto di Cagliari.

Relativamente ai pranzi liberi vicino al Lù Hotel troverete un supermercato (Conad), bar e panifici. La via principale della città di Carbonia si raggiunge in meno di dieci minuti a piedi pertanto non vi sono difficoltà ad acquistare il necessario.

Le suddette quote comprendono:

- Volo per Cagliari A/R (bagaglio da stiva e tasse aeroportuali incluse)
- Trasferimenti in bus privato dall'aeroporto all'hotel A/R
- Trasferimenti in bus privato per i raggiungimento di tutti i percorsi come da programma
- Trasferimento da Porto Vesme all'isola di San Pietro A/R
- Sistemazione in trattamento di mezza pensione c/o Lù Hotel****
- Bevande ai pasti ¼ di vino e ½ acqua
- Guida ambientale escursionistica durante tutti i trekking

Le quote non comprendono:

- I pranzi
- Eventuale tassa di soggiorno da pagare in loco
- Eventuali ticket d'ingresso a siti minerari, musei, chiese e luoghi di interesse
- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce la quota comprende
- Facoltativa assicurazione annullamento Globy Assistance € 45,00 per persona da indicare all'atto dell'iscrizione (rimane esclusa la quota volo)

Costo € 845,00 per persona.

Camera singola 1.020 euro – limitatissime - (supplemento 25 euro al giorno).

Costi indicativi mancando l'eventuale onere del trasferimento a/r per l'aeroporto di partenza se diverso da Verona Villafranca ed eventuali rincari aeroportuali e per una eventuale tassa di soggiorno ad oggi non precisata.

ACCONTO EURO 300 DA VERSARSI ENTRO E NON OLTRE IL GIORNO 16.11.2018 ED IL SALDO ENTRO E NON OLTRE IL 28.2.2019, SPECIFICANDO LA CAUSALE, SUL C.C.INTESTATO A CAI DI VERONA C/O B.P.M. SEDE DI VERONA – IBAN: IT26D050341175000000003300

OBLIGATORIA L'ISCRIZIONE AL CAI SIA PER L'ANNO 2018 CHE PER IL 2019 E PRELAZIONE AI PARTECIPANTI AI TREKKING DEL CAI VERONA SENIORES.

PREISCRIZIONI A PARTIRE DALLE ORE 9,00 MARTEDI' 16 OTTOBRE 2018 TELEFONATA O SMS AL CELL. 3356121284 E, PREFERIBILMENTE, MAIL A amaorso@yahoo.it

COORDINATORI ANTONIO E LUIGI MATTIELLI