

TREKKING

# SARDEGNA TRA SUPRAMONTE BARBARICINO E COSTA NORD

**22-29 SETTEMBRE 2024**

Magnifico excursus storico-naturalistico attraverso le magie dell'archeologia nuragica, le cime e la natura selvaggia ed incontaminata del Supramonte Barbaricino.

Tra gli ultimi avamposti della civiltà Sarda risalente a circa 4.000 anni fa e le coste ancora inviolate di una delle zone più turistiche del mediterraneo come la costa dell'Algherese, ricca di storie e panorami mozzafiato, dalla famigerata isola dell'Asinara ai villaggi minerari dell'Argentiera, tra cromature marine e falesie inviolate.

**Apertura iscrizioni:** 2 aprile

**Chiusura iscrizioni:** 27 aprile

**Serata informativa obbligatoria:**  
giovedì 12 settembre ore 20:30 - Palamonti

## **CONTATTI**

Cristina Persiani 349 2263626



ESCURSIONISMO CAI BERGAMO





## **QUOTA D'ISCRIZIONE: SOCI CAI €1.530,00**

Supplemento camera singola €200,00 (soggetta a disponibilità)

**Caparra di €700,00 da versare tassativamente in segreteria al momento dell'iscrizione.**

**Il saldo dovrà essere effettuato entro il 20 agosto 2024.**

Eventuali intolleranze e allergie devono essere segnalate per tempo, preferibilmente al momento della prenotazione.

**Iscrizioni:** presso la segreteria del PALAMONTI (tel.: 035/4175475)

Oppure tramite BONIFICO BANCARIO:

IBAN IT2700306911166100000012394 c/o Intesa San Paolo, sede di Bergamo, intestato a CAI Sezione di Bergamo

causale: nome, cognome, data di nascita – "Trekking in Sardegna" con contestuale invio alla segreteria della contabile di avvenuto pagamento

**e-mail:** [segreteria@caibergamo.it](mailto:segreteria@caibergamo.it)

**Numero minimo iscritti:** 20

**Numero massimo iscritti:** 25





## La quota comprende:

- Volo da Bergamo Orio al Serio per Cagliari (bagaglio 20kg in stiva e tasse aeroportuali incluse)
- Volo da Alghero per Bergamo (bagaglio 20kg in stiva e tasse aeroportuali incluse)
- Trasferimenti in bus privato da e per aeroporto e trasferimenti in loco
- Sistemazione in hotel con trattamento di mezza pensione
- Pranzo campestre al sito di S. Costantino di Sedilo con visita al santuario
- Visita all'isola dell'Asinara
- Accompagnatore e servizio di assistenza al seguito

## La quota non comprende:

- Bevande ai pasti
- Pranzi al sacco
- Tutto quanto non specificato alla voce "la quota comprende"

**Assicurazione facoltativa con massimale fino a €1100,00 – Costo €65,00**

Annullamento soggiorno/medico/bagagli (escluso il costo del biglietto aereo).





## DOMENICA 22 SETTEMBRE 2024

### Ore 5:00

Ritrovo all'aeroporto di Orio al serio (consegna bagagli e check-in)

### Ore 6:30

Partenza per Cagliari con volo Ryanair FR 3200 arrivo previsto ore 08:00)

### Ore 08:30

Trasferimento verso Nuoro con visita al sito archeologico e al pozzo sacro di Santa Cristina che, in concomitanza dell'equinozio d'autunno - il 23 settembre intorno alle 12.00 - presenterà il fenomeno del doppio riflesso. Pranzo campestre al sito di S. Costantino di Sedilo con visita al santuario. Arrivo in hotel a Nuoro, cena e pernottamento.





## LUNEDÌ 23 SETTEMBRE 2024

Colazione e trekking sul Supramonte di Oliena, attraverso la valle di Lanaitho. Potremo visitare il villaggio archeologico di Tiscali - incastonato all'interno di una dolina carsica e inespugnabile contrafforte del periodo nuragico - e il cuore del Supramonte con i suoi particolari "pinnettos," antichi ovili oggi adibiti a rifugi di cacciatori ed escursionisti, in passato luogo di riparo di pastori e banditi del territorio.

Tempo permettendo, si potrà anche ammirare la bellissima fonte carsica di Su Gologone e l'ingresso della profonda grotta di Sa Hoche.

Pranzo al sacco, rientro in hotel, cena e pernottamento.

## MARTEDÌ 24 SETTEMBRE 2024

Colazione e trekking sulle cime del Montalbo, complesso montuoso carsico staccato dal Supramonte che divide le regioni della Barbagia da quelle delle Baronia e della Gallura, dal quale si potrà godere di bellissimi panorami che spaziano dall'entroterra fino al mare, clima permettendo fino all'isola di Tavolara ed alla Corsica.

Pranzo al sacco, trasferimento per Alghero, cena in hotel e pernottamento.





## **MERCOLEDÌ 25 SETTEMBRE 2024**

Colazione e trekking da porto Ferro ad Argentiera, vecchio villaggio minerario oramai in disuso ma dal fascino storico e dal tramonto speciale sul mare. Itinerario variegato con scorci a picco sul mare e visuali panoramiche sulla regione dell'Anglona.

Pranzo al sacco, rientro in hotel, cena e pernottamento.

## **GIOVEDÌ 26 SETTEMBRE 2024**

Colazione e trekking nella Nurra, regione a nord della Sardegna che guarda sul mare aperto, tra scogliere e piccole spiagge isolate, raggiungibili solo a piedi o via mare.

Pranzo al sacco, rientro in hotel, cena e pernottamento;





## VENERDÌ 27 SETTEMBRE 2024

Colazione e imbarco per Asinara, isola ricca di storia, per molto tempo carcere di massima sicurezza e attualmente fatiscente parco dalla ricchezza ambientale inequiperabile, grazie alla presenza del famoso asinello bianco, la capra dell'Asinara e il bellissimo muflone sardo, per non parlare delle variegata specie marine e avifaunistiche.

Luogo di detenzione di tantissimi nomi della malavita ma anche rifugio/galera di Falcone e Borsellino durante la preparazione del Maxi processo, che li ha visti poi vittime dei fatidici attentati mafiosi.

**Trekking obbligatoriamente accompagnato da guide locali** al centro e nord dell'isola, + trasferimento in 4x4 + trasferimento in traghetto.

Visita del centro/nord dell'isola, raggiungibile in automezzo, e possibilità di visita di Cala Reale con ossario austro-ungarico, il centro di recupero delle tartarughe marine e cala d'Oliva, attualmente unico borgo parzialmente abitato e luogo di ritiro dei giudici Borsellino e Falcone, nonché sede della massima sicurezza carceraria.

Questo percorso darà la possibilità di avere una visione più completa dell'intero complesso isolano e carcerario.

Pranzo al sacco, rientro in hotel, cena e pernottamento.





## **SABATO 28 SETTEMBRE 2024**

Colazione e trekking della costa Alghero–Bosa o percorso equiparato di facile percorrenza, possibilmente fronte mare, ma variabile in base alle condizioni meteo.

Pranzo al sacco, cena in agriturismo e pernottamento.

## **DOMENICA 29 SETTEMBRE 2024**

Colazione e mattinata a disposizione.

### **Ore 12:00**

Trasferimento all'aeroporto di Fertilia (Alghero)

### **Ore 14:10**

Rientro a Orio al Serio con volo Ryanair FR 2255 (arrivo previsto ore 15:30)

**N.B.:** Tutte le escursioni sono classificate EE, con una lunghezza variabile da 10 a 15 km e durata di 7–9 ore. Gli itinerari potranno essere modificati in base alle esigenze del gruppo e alle condizioni meteorologiche. Il percorso si sviluppa lungo itinerari aridi e molto soleggiati, con poche fonti di approvvigionamento d'acqua; è importante un'adeguata autonomia idrica.

Durante alcune escursioni sarà possibile fare il bagno in mare.

È consigliato un abbigliamento comodo, preferibilmente leggero e a strati, e scarpe da trekking di buona qualità. È inoltre consigliato portare con sé una torcia frontale, un cappellino e una crema solare.

