



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
senioresmilano@gmail.com - www.caimilano.org



Il CAI GS è aperto al martedì dalle 14.30 alle 17.00 – Per informazioni e comunicazioni urgenti contattare il numero 331.2641680

TREKKING DELLE CALE - SARDEGNA

Da Sabato 04 Maggio a Venerdì 10 Maggio 2019

Itinerario di sei giorni in uno dei pochi luoghi in Italia dove è possibile vivere l'avventura; stiamo parlando di Baunei, un paese di collina (480 mt s.l.m.) che comprende un territorio tanto vasto quanto vario.

I suoi 24.000 ettari, di cui 22.000 comunali, comprendono estesi altipiani, montagne e splendide spiagge.

Tra le tappe del nostro Trekking ricordiamo Cala Luna e Cala Sisine, per raggiungere le quali ci si sposta continuamente tra picchi di bianco calcare e il verde della macchia mediterranea nell'isolamento più completo, visitando gli antichi ovili dei pastori Baunesi che si conservano ancora in buone condizioni.

Dopo aver attraversato la "Codula" di Cala Sisine, racchiusa tra alte pareti, il paesaggio diventa meno aspro e selvaggio e inizia un sentiero che sovrasta "Bacu Mudaloru" e lungo il quale si può ammirare buona parte del Golfo di Orosei; procedendo si raggiunge l'altopiano del Golgo, un'ampia vallata di origine vulcanica definita un libro archeologico a cielo aperto.

Al centro della zona vulcanica sorge la Chiesa di San Pietro e Paolo, un bell'esempio di stile aragonese risalente al XVI secolo, davanti alla Chiesa possiamo ammirare un betilo antropomorfo di epoca nuragica unico nel suo genere, ma la presenza dell'uomo nell'antichità è testimoniata dai numerosi nuraghi e villaggi nuragici che dominano la vallata.

La vera attrazione di Golgo resta comunque la Voragine "Su Sterru" un inghiottitoio a campata unica profondo 290 mt unico nel suo genere in Europa.

Partendo per Cala Goloritzè percorriamo un sentiero che passa per il punto panoramico di "Serra Salinas", che si affaccia a picco sulla splendida Cala da un'altezza di 500 mt, dopo avere ammirato il panorama scendiamo fino alla spiaggia, dominata dall'arco di roccia sul mare e dalla splendida guglia (150 mt), dalla quale è possibile raggiungere la cima in arrampicata libera.

Non meno suggestive sono le insenature di "Portu Cuau" e "Portu Pedrosu", incastonate tra la montagna e il mare, e lo splendido panorama costiero che si gode da "Us Piggius", mentre si scende verso la guglia di PedraLonga.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° giorno

- Arrivo a Olbia, trasferimento a Cala Gonone e inizio trekking
- Partenza a piedi per **Cala Luna**
- Pranzo al sacco
- Pomeriggio libero
- Cena e pernottamento in tenda presso il ristorante di Cala Luna

- Tempo di percorrenza: h.2 circa.
- Grado di difficoltà: E
- Dislivello: in salita 200 mt; in discesa 250 mt

2° giorno

- Partenza per **Cala Sisine**
- Lungo il tragitto troviamo diversi ovili tipici molto ben conservati e l'imponente arco roccioso di Lopiro
- Sosta per il pranzo all'ovile Onnamarra
- Cena e pernottamento in tenda presso il ristorante di Cala Sisine

- Tempo di percorrenza: h.5 circa.
- Grado di difficoltà: E
- Dislivello: in salita 650 mt; in discesa 650 mt

3° giorno

- Partenza per **Golgo**
- Risaliamo per un tratto la codula di Sisine, lungo un sentiero che incrocia il letto asciutto del torrente che ha scavato e modellato la gola nel corso dei millenni.
- Sosta per il pranzo nella località Ololbissi
- Proseguimento lungo la cresta delle falesie che sovrastano Bacu Mudaloru
- Raggiunto l'altopiano di Golgo visitiamo la chiesetta campestre di San Pietro e ammiriamo alcuni esemplari di alberi millenari. Superando infine alcune ripide scale di ginepro raggiungiamo la Faccia Litica e il nuraghe Albu.
- Cena e pernottamento in bungalow presso il Rifugio di Golgo

- Tempo di percorrenza: h 5 circa.
- Grado di difficoltà: E
- Dislivello: in salita 430 mt; in discesa 50 mt

4° giorno

- Partenza per **Cala Goloritzè**
- Prima di raggiungere l'omonimo canalone, che percorreremo per raggiungere la Cala, visitiamo la Voragine di Golgo, profonda 290 mt, e As Piscinas.
- Pranzo al sacco e sosta sulla spiaggia, caratterizzata dai colori delle sue acque cristalline, dall'imponente arco di roccia proteso sul mare, e sovrastata dalla famosa guglia calcarea, meta di free climbers da tutta Europa.
- In serata proseguimento per Pissu e' Serra passando dal punto panoramico di Serra Salinas, che si affaccia sulla Cala da 450 mt, dominando tutto il Golfo.
- Cena e pernottamento presso il Rifugio di Golgo in bungalow.

- Tempo di percorrenza: h.5 circa.
- Grado di difficoltà: E
- Dislivello: in salita 700 mt; in discesa 550 mt

5° giorno

- Partenza per **Portu Cuau** passando dall'ovile nella località Eltiera, che sovrasta Bacu Maore Lungo il tragitto visitiamo un suggestivo e antico ovile, ormai disabitato, ricavato all'interno di una grotta e con un particolare sistema di raccolta dell'acqua.
- Pranzo al sacco e sosta nella spiaggia di Portu Cuau
- In serata proseguimento per la località Gennirco passando in cima alle falesie di Capo Monte Santo, dove nidifica una colonia del Falco della Regina.
- Cena e pernottamento a Gennirco in tenda

- Tempo di percorrenza: h.6 circa.
- Grado di difficoltà: EE
- Dislivello: in salita 750 mt; in discesa 600 mt

6° giorno

- Partenza per **Pedra Longa**.
- Raggiungiamo Punta Giradili, dove da 780 mt possiamo spaziare con lo sguardo su tutto il Golfo di Arbatax verso il mare e sulle cime del Gennargentu verso l'interno.
- Arrivati all'ovile di Us Piggius imbocchiamo la stretta e panoramica Cengia Giradili che aggira la falesia e scende fino a Pedra Longa.
- Pranzo al sacco presso la sorgente Forrola e sosta nella spiaggia.
- Nel pomeriggio rientro a Golgo in fuoristrada con sosta per la visita del paese di Baunei.
- Cena e pernottamento presso il Rifugio di Golgo in bungalow

- Tempo di percorrenza: circa 4 ore.
- Grado di difficoltà: E
- Dislivello: in salita 150 mt, in discesa 750 mt

7° giorno - Trasferimento a Olbia per la partenza

SVOLGIMENTO DEL TREKKING

Ogni mattina il gruppo viene raggiunto da uno dei ragazzi della cooperativa (via mare o via terra) che consegna i sacchetti con il pranzo al sacco e l'acqua, e preleva i bagagli pesanti (tende, zaini e sacchi a pelo). In questo modo i partecipanti possono camminare leggeri, con solo uno zainetto e il pranzo al sacco. Quando il gruppo raggiunge la sera il punto tappa, troverà i propri bagagli e la cena in preparazione. I pasti sono a base di prodotti freschi locali, quindi variano in base alla stagione e alla disponibilità.

Ricordiamo che avremo il 1°, 2° e 5° giorno il pernottamento in tenda (da 2 posti), mentre il 3°, 4° e 6° giorno in bungalow (semplici cassette in legno con all'interno uno o due letti a castello). I servizi sono sempre presenti, in comune, nelle strutture dove pernosteremo ad eccezione del 5° giorno in quanto saremo in un punto totalmente isolato.

E' fondamentale avere un eccellente senso di adattamento

IL PACCHETTO COMPRENDE:

- N. 1 Trasferimento da Olbia a Cala Gonone
- N. 1 Trasferimento da Pedra Longa a Golgo
- N. 1 Trasferimento da Golgo a Olbia
- N. 6 Escursioni guidate
- N. 6 Trasporti zaini
- N. 6 Colazioni
- N. 6 Pranzi al sacco
- N. 6 Cene tipiche

ATTREZZATURA CONSIGLIATA:

- Zaino e zainetto
- Sacco a pelo
- Scarponi da trekking
- Bastoncini da trekking
- Telo da mare e costume da bagno
- Mantellina impermeabile
- Macchina fotografica e/o telecamera
- Borraccia e torcia
- Bicchieri, piatto e posate
- Attrezzatura per Pronto Soccorso

NB: L'organizzazione declina ogni responsabilità per cambiamenti di programma causati dal maltempo

Costo per persona: € 800,00 + Volo

Il trekking si effettuerà solo al raggiungimento di un numero minimo di 8 persone (max 20)

Le iscrizioni saranno aperte da Martedì 08 a Martedì 22 Gennaio 2019.

Acconto, da versare contestualmente all'iscrizione:

- per prenotazione trekking € 240
- per biglietti aereo € 160

Saldo da versare entro Martedì 23 Aprile 2019 : € 560

(Al quale verrà dedotto l'eventuale differenza sul biglietto aereo)

Attenzione, se qualcuno preferisse provvedere personalmente all'acquisto del biglietto aereo, lo comunichi all'atto dell'iscrizione e **inderogabilmente** dovrà trovarsi Sabato 04 maggio 2019 entro e non oltre le ore 11:00 presso l'aeroporto di Olbia.

Il Coordinatore si riserva la facoltà di non accettare l'iscrizione di coloro che non fossero, a suo insindacabile giudizio, ritenuti idonei

Il Coordinatore: Celeste Boerci

N.B.: I Coordinatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti

La gita è riservata ai Soci CAI – per informazioni e comunicazioni urgenti contattare il numero 331.2641680 (attivo il martedì dalle 14.30 alle 17.00, e il giorno della gita dalle 6.30 al rientro a Milano)