



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu - www.caimilano.org



Il CAI GS è aperto al martedì dalle 14.00 alle 16.00

14 – 21 MAGGIO 2023

RODI

Trekking alla scoperta dell'Isola nel Mar Egeo

Rodi, l'isola più grande del Dodecaneso, è famosa per le località balneari, le antiche rovine e per i percorsi meravigliosi che quest'isola offre. Le nostre escursioni sono progettate per mostrare luoghi unici e affascinanti di Rodi e che i visitatori possono vedere solo con questo trekking. Osserveremo la flora e la fauna dell'isola, capiremo come Rodi è cambiata nel corso dei secoli e ci immergeremo nella bellezza di questa terra selvaggia. Saremo accompagnati da una guida.

I servizi proposti:

- Sistemazione in hotel 3 stelle in camere standard doppie o singole
- Servizio di mezza pensione.
- Trasferimenti da/per aeroporto e trasferimenti da/per partenze escursioni
- Pranzo al sacco o pranzo in taverne tipiche
- Accompagnatori

Avremo la possibilità di scegliere tra due trekking tra loro diversi per impegno fisico e difficoltà (la scelta del trekking va manifestata all'atto dell'iscrizione)

1. **Full Trekking:** 7 notti totali / 8 giorni - 5 uscite trekking - 1 uscita culturale (minimo 10 adesioni)
2. **Trekking & more:** 7 notti totali / 8 giorni - 3 uscite trekking - 3 uscite culturali (minimo 10 adesioni)

QUOTE INDIVIDUALI DI PARTECIPAZIONE: € 700 (indicativo) + Volo

Supplemento per camera singola (salvo disponibilità) € 150

Le prenotazioni chiuderanno martedì 06 dicembre 2022
Entro tale data dovrà essere versata la caparra di € 200

Coordinatore: Celeste Boerci cell 3475901160

Esempio di programma settimanale **FULL TREKKING**

GIORNO 1

ARRIVO SULL'ISOLA, TRASFERIMENTO e SISTEMAZIONE IN HOTEL

GIORNO 2

LINDOS: "LA PERLA DEL DODECANESO" Un'affascinante escursione ad anello che ti porta ad ammirare la baia di Lindos da un punto privilegiato, per poi attraversare il paese e visitare l'Acropoli, accompagnati dal profumo e dalla vista del mare lungo tutto il percorso. La partenza si trova sopra la baia di Vlichia e prosegue attraverso un suggestivo ambiente roccioso. L'avventura continua su un sentiero leggermente in salita, contornato da rocce, dove la presenza degli asini fa da compagnia. La vista poi si apre su un punto panoramico sulla Baia di Navarone, famosa per il film "I cannoni di Navarone". Dopo qualche centinaio di metri si potrà ammirare dall'alto l'Acropoli che domina il tipico paesino bianco di Lindos, conosciuto come "la perla del Dodecaneso". Da qui in poi la discesa, che si svolge lungo un sentiero talvolta impegnativo, per poi attraversare il paese e proseguire verso l'Acropoli (non è prevista la visita), la tomba di Kleovulos del VI secolo a.c. e ritorno poi alla baia di Vlichia, il nostro punto di partenza, per un meritato bagno riposante

INFO UTILI Incluso: pranzo al sacco e bottiglietta d'acqua

Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino, telo mare e costume da bagno Opzionale: Ingresso all'Acropoli di Lindos (euro 12,00)

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 8:00 - durata intera giornata - lunghezza 14 km - dislivello 350 m - difficoltà media - anello: si - tipo di percorso: sentiero misto: sassoso/terra battuta

GIORNO 3

AKRAMITIS e MONOLITHOS "PANORAMI E PROFUMI" Passando attraverso un folto bosco, una grotta nascosta e sentieri rocciosi eccoci sulla vetta della montagna più bella e verde dell'isola. Il contrasto tra il verde e il blu, tra la terra, il cielo e il mare è indescrivibile a parole: va vissuto. Percorrendo un incantevole sentiero nel bosco si arriva a una grotta nascosta nella montagna: "Limeri". Questa grotta, molto importante durante la seconda guerra, fu base di spionaggio dei movimenti partigiani e sede di una stazione radio. Proseguendo, passando dalla chiesetta di Ag. Ioannis, si arriva sulla cima della 2° montagna dell'isola: il monte Akramitis. Qui il verde incontra il "blu Egeo" per un panorama mozzafiato. Tutta l'area è inclusa nella rete europea di habitat "NATURA 2000" ed è protetta come "monumento della natura" poiché, oltre alla particolare morfologia, alle bellezze naturali e alla fitta foresta di pini e cipressi raccoglie ecosistemi unici di fauna e flora selvatiche. La discesa passa per un sentiero principalmente sassoso e vanta di un'affascinante veduta. Dopo la sosta pranzo in una tipica taverna di Monolithos si prosegue a piedi fino al castello di Monolithos, costruito su un monolito alto 236m a cui deve il suo nome, grazie alla sua posizione non fu mai conquistato. Oggi rimangono solo alcune parti esterne delle fortificazioni e due cappelle del XV sec., nonché la vista mozzafiato sul Akramitis, sull'isola di Halki e sul vasto blu Egeo.

INFO UTILI Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino.

DATI TECNICI Partenza dall'hotel ore 8:00 - durata tutto il giorno - lunghezza: 13 Km - Dislivello 550 m - Difficoltà medio/difficile - tipo di percorso: sentiero di terra battuta/sassoso

GIORNO 4

TOUR DEI MONASTERI: LAERMA-GLYSTRA Escursione alla scoperta di antichi monasteri nascosti tra i boschi della zona collinare di Laerma e Lardos. Timo, origano e salvia selvatica allietano l'olfatto lungo tutto il sentiero, il tutto accompagnato da panorami unici e indimenticabili profumi. Punto di partenza è il piccolo villaggio collinare di Laerma, situato ad un'altitudine di 289 metri, nel centro/sud dell'isola. La camminata si sviluppa lungo un comodo sentiero nel bosco e i principali punti di interesse da raggiungere sono l'antico monastero di Tharri, oggi nuovamente abitato da monaci ortodossi, il monastero di Iggo e quello di Ipseni, oggi monastero femminile dedicato all'assunzione della Beata Vergine e tra i più antichi dell'isola. Quasi due secoli dopo la sua fondazione si trasforma da "uomo" a "donna" e viene restaurato. Ad oggi una nuova chiesa sta per essere ultimata a fianco e una via Crucis porta a un punto panoramico su tutta la zona. Da Ipseni inizia poi una gradevole discesa, nel bosco, verso Glystra accompagnati da un panorama incantevole e la possibilità di incontrare i famosi cervi Dama-Dama: simbolo dell'isola. Un bel bagno nel mare cristallino è più che meritato dopo questa bella camminata

INFO UTILI Incluso: pranzo al sacco e bottiglietta d'acqua

Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino, telo mare e costume da bagno

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 8:00 - durata intera giornata - lunghezza 22 km - dislivello 310 m - difficoltà media - tipo di percorso: sentiero/strada di terra battuta

GIORNO 5

BLU INFINITO, A PICCO SUL MARE: AGATHI-TSAMBIKA Escursione che va a visitare le più belle baie del centro/sud dell'isola: sabbia dorata, sassolini rossi, rocce corrose da vento e acqua, rendono questa camminata davvero variegata che culminerà con l'ascesa al fantastico monastero di Tsambika. Questo è tra i trekking più belli del nostro programma, adatto a chi vuol visitare le spiagge più pittoresche e selvagge della costa est. Parte dalla baia di Agathi: la famosa "Golden Sand". Da qui il sentiero prosegue, talvolta impervio, sulla scogliera a ridosso del mare e, dopo una tappa obbligata alla poco conosciuta ma incantevole spiaggia rossa, porta fino a Stegna. Questo villaggio tipico di pescatori ci delizia per il suo suggestivo paesaggio e per le sue ottime taverne di pesce, nonché per le acque cristalline della sua baia omonima. Da Stegna la nostra escursione continua fino a raggiungere la famosa spiaggia di Tsambika. Partendo ai piedi del promontorio e percorrendo un irto sentiero e poi una scalinata di 300 gradini si arriva alla piccola cappella della Vergine Maria, situata sul punto più alto della collina. La cappella è visitata ogni anno da numerose coppie, in quanto si dica che porti fertilità'. Da questo meraviglioso punto panoramico si possono ammirare le bellissime e lunghe spiagge di Kolymbia, Afandou, Tsambika e Stegna. Nelle giornate più limpide l'occhio può perdersi fino al promontorio di Lindos. Affacciandosi invece verso l'interno dell'isola si vede la cima del Monte Attavyros.

INFO UTILI Incluso: pranzo e bottiglietta d'acqua

Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino, telo mare e costume da bagno

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 8:00 - durata intera giornata - lunghezza 15 km - dislivello 600 m - difficoltà media - tipo di percorso: sentiero/strada di terra battuta

GIORNO 6

CITTÀ' DI RODI, CITY TOUR e KALITHEA SPRINGS Tour panoramico sul Monte Smith per foto senza scendere dall'autobus: Tempio di Apollo e Stadio antico. Inizio della visita guidata a piedi della città alla Porta di "Amboise", spiegazione dall'esterno del Palazzo del Gran Maestro, della Locanda d'Inghilterra e del Museo Archeologico. Tempo libero per visitare siti archeologici, fare acquisti e fare uno spuntino, possibilità di recarsi anche nella Città Nuova, Visita del porto di Mandraki. Sosta di circa 30-45 minuti alle terme Kallithea prima di tornare in hotel.

Tipo di escursione: Cultura, civiltà. Consigliamo: scarpe comode, macchina fotografica. Pasti e bevande: non inclusi Tariffe d'ingresso: non incluse

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 9:00 - durata rientro alle 16:00

GIORNO 7

SETTE SORGENTI L'escursione ci porta proprio ad assaporare la magia del bosco, circondati da panorami incantevoli ed una vegetazione unica sull'isola. L'intera area, ricca di sorgenti, rende "SETTE SORGENTI", una piccola oasi rinfrescante. Il sentiero si inerpica costeggiando il fiumiciattolo, passando per un'antica diga e risalendo fino ad arrivare alle famose sette sorgenti. Qui troverai papere e pavoni ben lieti di farsi ammirare e fotografare. Potrai poi provare l'emozione di attraversare uno stretto e suggestivo tunnel con l'acqua fresca che ti bagna i piedi. Dopo una breve sosta di ristoro, si rientra in hotel.

INFO UTILI Incluso: bottiglietta d'acqua

Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino.

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 8:30 - durata mezza giornata - lunghezza 3 km - dislivello 100 m - difficoltà facile - tipo di percorso: sentiero/strada di terra battuta

GIORNO 8

COLAZIONE IN HOTEL E TRASFERIMENTO PER L'AEROPORTO

Esempio di programma settimanale **Trekking & More**

GIORNO 1

ARRIVO SULL'ISOLA, TRASFERIMENTO e SISTEMAZIONE IN HOTEL

GIORNO 2

LINDOS: "LA PERLA DEL DODECANESO" Un'affascinante escursione ad anello che ti porta ad ammirare la baia di Lindos da un punto privilegiato, per poi attraversare il paese e visitare l'Acropoli, accompagnati dal profumo e dalla vista del mare lungo tutto il percorso. La partenza si trova sopra la baia di Vlichia e prosegue attraverso un suggestivo ambiente roccioso. L'avventura continua su un sentiero leggermente in salita, contornato da rocce, dove la presenza degli asini fa da compagnia. La vista poi si apre su un punto panoramico sulla Baia di Navarone, famosa per il film "I cannoni di Navarone". Dopo qualche centinaio di metri si potrà ammirare dall'alto l'Acropoli che domina il tipico paesino bianco di Lindos, conosciuto come "la perla del Dodecaneso". Da qui in poi la discesa, che si svolge lungo un sentiero talvolta impegnativo, per poi attraversare il paese e proseguire verso l'Acropoli (non è prevista la visita), la tomba di Kleovulos del VI secolo a.c. e torna poi alla baia di Vlichia, il nostro punto di partenza, per un meritato bagno riposante

INFO UTILI Incluso: pranzo al sacco e bottiglietta d'acqua

Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino, telo mare e costume da bagno Opzionale: Ingresso all'Acropoli di Lindos (euro 12,00)

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 8:00 - durata intera giornata - lunghezza 14 km - dislivello 350 m - difficoltà media - anello sì |tipo di percorso: sentiero misto: sassoso/terra battuta

GIORNO 3

PRANZO IN TAVERNA TIPICA-GIORNATA RELAX Mattinata libera, partenza dall'hotel alle ore 12:00, pranzo in Taverna tipica con full immersion nella tradizione culinaria locale: menù tipico dell'isola di Rodi e assaggi di vini. Rientro in hotel verso le ore 15:00

GIORNO 4

AKRAMITIS e MONOLITHOS "PANORAMI E PROFUMI" Passando attraverso un folto bosco, una grotta nascosta e sentieri rocciosi eccoti sulla vetta della montagna più bella e verde dell'isola. Il contrasto tra il verde e il blu, tra la terra, il cielo e il mare è indescrivibile a parole: va vissuto. Percorrendo un incantevole sentiero nel bosco si arriva a una grotta nascosta nella montagna: "Limeri". Questa grotta, molto importante durante la seconda guerra, fu base di spionaggio dei movimenti partigiani e sede di una stazione radio. Proseguendo, passando dalla chiesetta di Ag. Ioannis, arriva sulla cima della 2° montagna dell'isola: il monte Akramitis. Qui il verde incontra il "blu Egeo" per un panorama mozzafiato. Tutta l'area è inclusa nella rete europea di habitat "NATURA 2000" ed è protetta come "monumento della natura" poiché, oltre alla particolare morfologia, alle bellezze naturali e alla fitta foresta di pini e cipressi raccoglie ecosistemi unici di fauna e flora selvatiche. La discesa passa per un sentiero principalmente sassoso e vanta di un'affascinante veduta. Dopo la sosta pranzo in una tipica taverna di Monolithos si prosegue a piedi fino al castello di Monolithos, costruito su un monolito alto 236m a cui deve il suo nome, grazie alla sua posizione non fu mai conquistato. Oggi rimangono solo alcune parti esterne delle fortificazioni e due cappelle del XV sec., nonché la vista mozzafiato sul Akramitis, sull'isola di Halki e sul vasto blu Egeo.

INFO UTILI Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino.

DATI TECNICI Partenza dall'hotel ore 8:00 - durata tutto il giorno - lunghezza: 13 Km - Dislivello 550 m - Difficoltà medio/difficile - tipo di percorso: sentiero di terra battuta/sassosi

GIORNO 5

CITTÀ' DI RODI, CITY TOUR and KALITHEA SPRINGS Tour panoramico sul Monte Smith per foto senza scendere dall'autobus: Tempio di Apollo e Stadio antico. Inizio della visita guidata a piedi della città alla Porta di "Amboise", spiegazione dall'esterno del Palazzo del Gran Maestro, della Locanda d'Inghilterra e del Museo Archeologico. Tempo libero per visitare siti archeologici, fare acquisti e fare uno spuntino, possibilità di recarsi anche nella Città Nuova, Visita del porto di Mandraki. Sosta di circa 30-45 minuti alle terme Kallithea prima di tornare in hotel.

Tipo di escursione: Cultura, civiltà. Consigliamo: scarpe comode, macchina fotografica. Pasti e bevande: non inclusi Tariffe d'ingresso: non incluse

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 9:00 - durata rientro alle 16:00

GIORNO 6

BLU INFINITO, A PICCO SUL MARE: AGATHI-TSAMBIKA Escursione che va a visitare le più belle baie del centro/sud dell'isola: sabbia dorata, sassolini rossi, rocce corrose da vento e acqua, rendono questa camminata davvero variegata che culminerà con l'ascesa al fantastico monastero di Tsambika. Questo è tra i trekking più belli del nostro programma, adatto a chi vuol visitare le spiagge più pittoresche e selvagge della costa est. Parte dalla baia di Agathi: la famosa "Golden Sand". Da qui il sentiero prosegue, talvolta impervio, sulla scogliera a ridosso del mare e, dopo una tappa obbligata alla poco conosciuta ma incantevole spiaggia rossa, porta fino a Stegna. Questo villaggio tipico di pescatori ci delizia per il suo suggestivo paesaggio e per le sue ottime taverne di pesce, nonché per le acque cristalline della sua baia omonima. Da Stegna la nostra escursione continua fino a raggiungere la famosa spiaggia di Tsambika. Partendo ai piedi del promontorio e percorrendo un irto sentiero e poi una scalinata di 300 gradini si arriva alla piccola cappella della Vergine Maria, situata sul punto più' alto della collina. La cappella e' visitata ogni anno da numerose coppie, in quanto si dica che porti fertilità'. Da questo meraviglioso punto panoramico puoi ammirare le bellissime e lunghe spiagge di Kolymbia, Afandou, Tsambika e Stegna. Nelle giornate più' limpide l'occhio può' perdersi fino al promontorio di Lindos. Affacciandosi invece verso l'interno dell'isola si vede la cima del Monte Attavyros

INFO UTILI Incluso: pranzo e bottiglietta d'acqua Cosa portare: crema solare, acqua, cappellino, telo mare e costume da bagno

DATI TECNICI Partenza dall'hotel h 8:00 - durata intera giornata - lunghezza 15 km - dislivello 600 m - difficoltà media - tipo di percorso: sentiero/strada di terra battuta

GIORNO 7

VISITA LIBERA A LINDOS Giornata culturale e di svago con trasferimento per la bellissima cittadina di Lindos alle ore 10:00 e rientro alle 16:00. Possibilità di visitare l'Acropoli e fare shopping nei bellissimi e tradizionali negozietti del paese. Opzionale: Ingresso all'Acropoli di Lindos (euro 12,00)

GIORNO 8

COLAZIONE IN HOTEL E TRASFERIMENTO PER L'AEROPORTO