



**CLUB ALPINO ITALIANO Sezione CAI TORINO
e Sezione CAI - UGET di TORINO**



**Il Gruppo Escursionismo TAM (Tutela Ambiente Montano) del CAI-UGET di Torino e del CAI Torino organizza
nella primavera 2024:**

Trekking in Sardegna da sabato 20 a sabato 27 Aprile 2024

Sei tappe escursionistiche lungo la Costa e nell'entroterra delle provincia di Oristano
Pernottamento a Bonarcado.



PROGRAMMA:

➤ Sabato 20 Aprile 2024 - Avvicinamento

Viaggio in autobus da Torino Porta Nuova all'aeroporto di Torino Caselle e volo a Cagliari Elmas, incontro con la guida locale e trasferimento in autobus a Bonarcado presso l'Hotel "Sa Mola".

➤ Domenica 21 Aprile - Corona Niedda

Escursione nella fascia costiera a sud di Bosa su sterrate e sentieri forestali fra la Torre di Ischia Ruggia, gli isolotti basaltici di Corona Niedda fino a Porto Alabe. Possibilità di avvistamento del raro avvoltoio Grifone. Tempo per il mare.

Dislivello salita 200 metri, durata 5 ore, Lunghezza 12 km, Difficoltà E

➤ Lunedì 22 Aprile - Montiferru

Escursione ad anello nel Montiferru, zona della Sardegna che prende il nome dal più grande massiccio vulcanico spento dell'isola. Un percorso vario attraverso antiche foreste di lecci, sorgenti naturali e rocciai di origine vulcanica conduce verso la cima della montagna. Possibile avvistamento del Cervo Sardo e del Muflone. A Seneghe, città dell'olio, degustazione di olii extravergini di oliva presso un'azienda agricola biologica.

Dislivello salita 400 metri, Durata 4 - 5 ore, Lunghezza 16 Km, Difficoltà E

➤ Martedì 23 Aprile - Is Arenas/Capo Mannu

Dalla pineta di Is Arenas, raggiunta l'omonima spiaggia, si prosegue lungo la fascia costiera, dove si alternano spiagge e falesie, e si arriva a Capo Mannu, il promontorio di dune fossili più imponente d'Italia. Presso gli stagni presenti si possono osservare i fenicotteri rosa. Tempo per il mare. Nel pomeriggio visita alla città Punico Romana di Tharros.

Dislivello salita 70 metri, Durata 5 - 6 ore, Lunghezza 17 Km, Difficoltà T/E.

➤ Mercoledì 24 Aprile - Penisola del Sinis.

Dal "Parco dei Suoni" si cammina attraverso le falesie di Su Tingiosu, le spiagge di quarzo di Mare Ermi e Is Aruttas, fino alla splendida copertura a macchia mediterranea dell'Oasi di Turre Seu. Tempo per il mare. Nel pomeriggio trasferimento a Cabras per la visita al museo dove sono esposti i "Giganti di Monte Prama"

Dislivello salita pochi metri, Durata 4- 5 ore, Lunghezza 17 Km, Difficoltà T/ E

➤ Giovedì 25 Aprile - Altopiano della Giara

L'escursione consente uno sguardo d'insieme sullo splendido ecosistema dell'altopiano. Si cammina verso il sistema dei Paulis, depressioni naturali che in inverno e in primavera si riempiono di acqua piovana, si seguono le tracce dei famosi cavallini selvatici unici al mondo. Di pomeriggio visita alla reggia nuragica di Barumini (Monumento UNESCO).

Dislivello salita pochi metri, Durata 4 - 5 ore, Lunghezza 12 Km, Difficoltà E

➤ **Venerdì 26 aprile - Assai**

Escursione nell'oasi naturalistica di Assai, da dove, fra la macchia mediterranea, sugherete e testimonianze di carattere etnografico (Pinnette – Carbonaie) si raggiunge il grande monolite granitico di "Sa Crabarissa". Visita al Museo Naturalistico di Alamoiu.

Dislivello salita 200 metri, Durata 5 - 6 ore, Lunghezza 18 km, Difficoltà E

➤ **Sabato 27 aprile - Rientro**

Trasferimento in autobus all'aeroporto di Cagliari Elmas, volo a Torino Caselle e trasferimento in autobus a Torino Porta Nuova.

QUOTA di partecipazione per i soci: **890.00 euro**

La quota **comprende**: Andata e Ritorno con autobus di linea da Torino Porta Nuova all'aeroporto di Torino Caselle, autobus riservato per spostamenti in loco, accompagnamento di guida locale escursionistica, pernottamenti presso l'albergo "Sa Mola" a Bonarcado con trattamento di mezza pensione, bevande incluse (1/2 acqua, e ¼ vino), pacchetto pranzo. Sistemazione in camere doppie oppure singole con un supplemento giornaliero di euro 15 da versare in albergo alla fine del soggiorno. Biglietti d'ingresso a Musei e Siti archeologici.

La quota **non comprende**: biglietti aerei di andata e ritorno Torino Caselle-Cagliari Elmas il cui valore verrà comunicato in un secondo momento e che dovrà essere versato contestualmente al saldo.

Numero partecipanti: minimo 25, massimo 30.

ISCRIZIONE a partire da giovedì 11 gennaio, entro sabato 20 Gennaio 2024

ALL'ISCRIZIONE versare un ACCONTO di 420 euro

SALDO entro mercoledì 20 Marzo.

La quota del saldo verrà adeguata al numero dei partecipanti

I versamenti devono essere effettuati tramite bonifico al seguente

IBAN: IT 69 X 03268 01199 052858480958

Causale: TAM Sardegna 2024 e proprio nominativo

comunicando nome e cognome, sezione CAI di appartenenza e numero telefonico all'indirizzo mail efisia_marras@yahoo.it

oppure mario.placenza@gmail.com .

Per eventuali ulteriori informazioni, comunicare via mail o WhatsApp, esclusivamente ai coordinatori di gita:

EFISIA MARRAS: cellulare 3356631932

MARIO PLACENZA: cellulare 3462229801

NOTA BENE:

- 1)I coordinatori di gita si riservano di modificare il programma delle escursioni sulla base delle condizioni meteorologiche e di altre situazioni che potrebbero incidere sul regolare svolgimento delle stesse
- 2)I partecipanti devono essere soci CAI in regola con il pagamento della quota associativa, condizione che garantisce la gratuità del soccorso Alpino e comprende una polizza RC, morte ed infortuni avvenuti durante le attività sociali
- 3)Eventuali rinunce comporteranno una restituzione parziale della quota versata in funzione delle eventuali penali che ci verranno applicate.
- 4)Necessario abbigliamento da escursionismo, consigliati i bastoncini e il costume da bagno. Facoltativo il binocolo.
- 5)Obbligatorio il rispetto della regolamentazione CAI e nazionale per le attività in montagna e di gruppo

Il Gruppo Escursionistico TAM riprende le attività escursionistiche nel rispetto delle disposizioni di legge e delle indicazioni della Sede Centrale vigenti a tale data; gli accompagnatori sono stati formati per la corretta applicazione delle norme di sicurezza.