

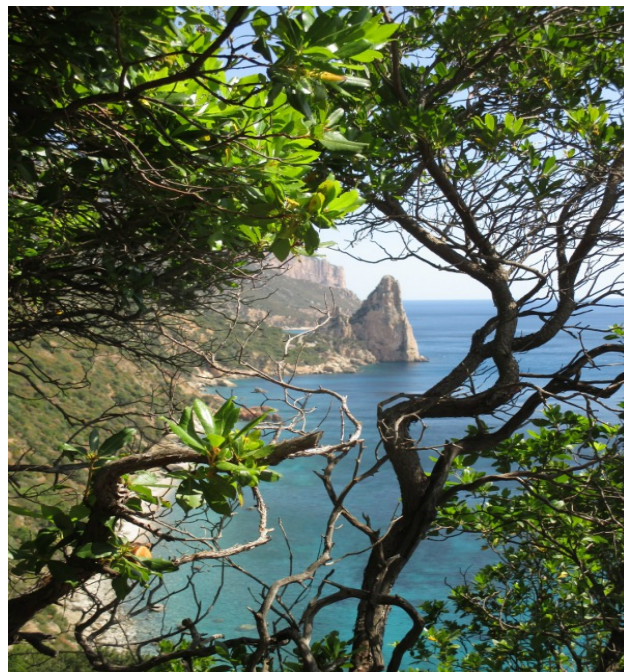
# nel blu selvaggio dell'Ogliastra

Sardegna, Lotzorai

**3-12 giugno 2020**

**soggiorno con escursioni**

(10 giorni 9notti)



## Programma di massima

### **1° Giorno: CITTA' DI PARTENZA – LIVORNO – OLBIA**

Ritrovo dei Sigg.ri partecipanti in luogo da convenire e trasferimento in pullman G.T. per il porto d'imbarco. Disbrigo delle formalità d'imbarco con sistemazione in cabina. Partenza con il traghetto delle ore 22.00 (orario e compagnia da riconfermare). Sistemazione a bordo, cena libera e pernottamento.

### **2° GIORNO: OLBIA – LOTZORAI - PEDRA LONGA (Trekking)**

Alle ore 7.00 sbarco e trasferimento in pullman G.T. nella zona di Lotzorai-Santa Maria Navarrese. Arrivo in hotel per il pranzo. Sistemazione nelle camere riservate; Nel pomeriggio partenza per un brevissimo trasferimento a S M Navarrese. Da questo punto un buon sentiero ci porta più o meno in quota a Pedra Longa (Monumento Naturale) – (tempo 1,5 ore- dislivello 200 mt). La vista del mare non manca per tutto il percorso. All'arrivo possibilità di rientro con bus o a piedi.

Cena in hotel e pernottamento

### **3° GIORNO: LOTZORAI – (GROTTE SU MARMURI)**

Mattinata a disposizione. Pranzo in hotel. Nel pomeriggio escursione guidata a Ulassai, nel cui territorio si trova la maestosa Grotta di Su Marmuri, fra le più belle della Sardegna. Lunga circa un chilometro, offre enormi saloni con splendide concrezioni ed un microclima particolare con temperatura di 10 gradi anche in piena estate. La grotta, costituita da un susseguirsi di enormi sale, con i giochi dell'acqua, della luce e delle concrezioni crea uno spettacolo di indimenticabile fascino.

**Attenzione:** il percorso comprende un complessivo di 1000 scalini andata e ritorno (difficoltà facile)

### **4° Giorno: LOTZORAI - ROCCE ROSSE DI ARBATAX E NURAGHE S'ORTALI E SU MONTE**

Trattamento di pensione completa in Hotel. In mattinata partenza per l'escursione di mezza giornata ad Arbatax e dintorni. Pittoresco borgo sorto intorno ad una torre spagnola del XVII secolo, Arbatax si distende alla base del Capo Bellavista; di grande impatto paesaggistico sono le "rocce rosse": si tratta di mastodontici ammassi di graniti porfirici che caratterizzano il territorio. Si prosegue per raggiungere un interessante compendio di archeologia sarda. Denominato S'Ortali e su Monte che comprende: un nuraghe complesso, una tomba di giganti e dei menhir. A pochi chilometri dal sito si trova la splendida spiaggia del Lido di Orri, dove si prevede una sosta balneare. Rientro in Hotel in tempo utile per il pranzo. Pomeriggio a disposizione per il relax al mare. Cena e pernottamento in Hotel.

### **5° Giorno: LOTZORAI-TRENINO SUPRAMONTE**

Trattamento di pensione completa in hotel. Nel pomeriggio trasferimento in bus fino all'inizio del percorso per una visita di circa 3 ore nel Supramonte ogliastrino. Partenza dal paesino di Baunei, dopo aver superato i primi tornanti mozzafiato, il trenino raggiunge la quota di 650 mt da dove si può ammirare quasi tutta l'Ogliastra, sino alle cime del Gennargentu. Soste e visite guidate nei pressi delle pozze basaltiche di "As Piscinas", all'imboccatura di "Su Sterru" e alla chiesa campestre dedicata a San Pietro. L'ultima fermata sarà dedicata agli antichi ovili del Supramonte. Rientro, cena e pernottamento.

### **6° Giorno: PUNTA SALINAS (trekking)**

Si Raggiunge Baunei con il bus e da qui si continua con il fuoristrada per arrivare in zona Golgo (Su Porteddu).

Il sentiero parte in salita fino a trovare l'incrocio che ci permette di abbandonare la traccia classica che porta a Goloritzè. In quota più o meno costante arriviamo sulla cresta di Salinas che ci porta a una panoramica sulla cala e su tutto il Golfo della Costa di Baunei, sicuramente una delle più apprezzate del Supramonte. A ritroso percorriamo il sentiero per tornare a Su Porteddu dove ci attendono i fuoristrada che ci riportano a Baunei dove troveremo il bus per il rientro. Pranzo con cestino; rientro Cena e pernottamento.

Golgo-punta Salinas (tempo 4,5 h) dislivello 550 salita e 550 discesa.

### **7° Giorno: MINICROCIERA GOLFO OROSEI/GROTTE FICO INTERA GIORNATA – ESC FACOLTATIVA**

Trattamento di pensione completa in Hotel con possibilità di partecipare all'escursione facoltativa nel golfo di Orosei. Questa escursione prevede la sosta in spiaggia a Cala Mariolu e la possibilità di visitare la Grotta del Fico durante la sosta. Per raggiungere Cala Mariolu è necessaria circa un'ora di navigazione, durante i quali la Costa di Baunei regala panorami mozzafiato.

Circa 15 minuti dopo la partenza appare Pedra Longa, un monumento naturale calcareo alto 128 metri sul livello del mare, unica località raggiungibile in automobile in questi quaranta chilometri di natura incontaminata. A seguire la Baia di Forrola e le Cascate di Baus; poco prima del confine naturale tra il Golfo di Arbatax e il Golfo di Orosei, segnato da Capo Monte Santo, appare la Grotta del Colombi. Doppiato il Capo, ecco i due "fiordi" di Portu Quau e Portu Pedrosu. Ancora quindici minuti di navigazione, nei quali sarà possibile ammirare i Montes Insanes e la famosa Cala Goloritzé, prima della sosta bagno a Is Pulige De Nie (Cala Mariolu) e la visita facoltativa alla Grotta del Fico. Pranzo disegnare con cestino fornito dall'hotel

### **8° Giorno: TORTOLI (Peschiera)**

Trattamento di pensione completa in hotel. In mattinata partenza per la peschiera di Tortoli, gestita dalla cooperativa pescatori concessionaria fin dal lontano 1944. Le varie attività svolte a carattere ambientale e turistico prevedono un progetto che ha l'intento di avvicinare gli ospiti al mondo della pesca e alla sua cultura, al fine di promuovere la conoscenza del territorio e allo stesso tempo di creare una coscienza ecologica con lo scopo di preservare le bellezze naturalistiche della zona e non solo. Possibilità di degustazione a pagamento dei loro prodotti (ostriche, etc); al rientro possibilità di sosta per l'acquisto di prodotti tipici e/o vino in una cantina. Serata di animazione e pernottamento.

### **9° Giorno: LOTZORAI – PRANZO PASTORI - OLBIA - LIVORNO**

Prima colazione e partenza per il Supramonte di Orgosolo. Pranzo dell'arrivederci in hotel. trasferimento al porto in tempo utile per l'imbarco; disbrigo delle formalità e sistemazione nelle cabine riservate; partenza con traghetto delle ore 22.00 (orario da riconfermare); Pernottamento a bordo.

### **10° Giorno: LIVORNO – CITTA' DI RIENTRO**

Sbarco alle ore 7.00, colazione libera e proseguimento per le città di rientro con arrivo in tarda mattinata/primo pomeriggio.

**Quota di partecipazione € 780,00**

Supplemento singola se disponibile 150,00 in hotel; € 90 in nave

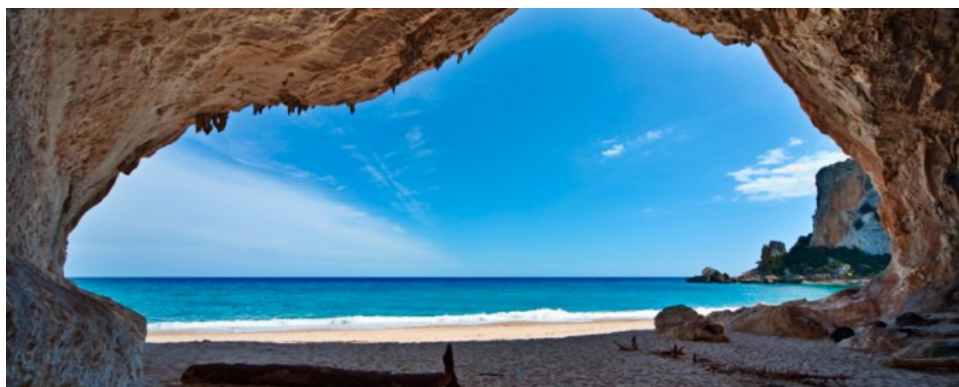
**IBAN: IT26X0306911621651100931504 – Intesa San Paolo, BZ – Ag. 1**

**saldo entro il 15 aprile 2020**

In pullman saranno raccolti € 10,00 a persona per le mance e l'uso delle radioline

**Incluso nella quota** : bus per tutta la durata del viaggio, 2 passaggi in nave notturna in andata e rientro con sistemazione in cabine doppie; sistemazione in hotel/villaggio 4\* (S.Maria Navarrese) in camere doppie con servizi privati; trattamento di pensione completa in hotel dal pranzo del primo giorno alla colazione del penultimo giorno; pranzo con i pastori; acqua e vino ai pasti; jeep per escursione P. Salinas; animazione con intrattenimento serale; servizio spiaggia; escursioni come da programma con guida turistica(naturalistica per i trekking); giro in trenino; assicurazione Mondial Assistance "assistenza alla persona" e "bagaglio"; tasse e percentuali di servizio

**La quota non comprende** : eventuali ingressi a musei, monumenti e siti archeologici; mance, escursioni facoltative, eventuali tasse di soggiorno, assicurazione annullamento € 30,00 da stipularsi al momento della prenotazione; e tutto quanto non indicato sotto la voce "la quota comprende".



**Circolo ricreativo dei dipendenti provinciali – Freizeitverein der Landesbediensteten**

Per ulteriori informazioni / Für weitere Informationen : [info@freeland.bz.it](mailto:info@freeland.bz.it) ; [www.freeland.bz.it](http://www.freeland.bz.it)

Tel. 3421789309 : SOLO mattina / NUR Vormittag

**Per motivi organizzativi il programma potrebbe subire variazioni**  
ORGANIZZAZIONE TECNICA: INSOMMA DI MP SRL – SOMMACAMPAGNA VR