



# GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

## San Giovanni Lupatoto V<sub>2</sub>

### PROGRAMMA E DETTAGLI DEL TREKKING

# Sardegna Sud-Ovest

# Sulcis Iglesiente

## 16/23 settembre 2023

**1° giorno:** Ritrovo in aeroporto a Verona e partenza con il volo per Cagliari. Arrivo e proseguimento con bus privato per Portoscuso. Sistemazione in albergo. Cena in ristorante. Pernottamento.

**2° giorno:** colazione. Appuntamento con la guida e inizieremo dall'albergo il trekking "La Rotta dei Tonni".

*ore 9.00 avvio escursione a piedi dalla località Lido degli spagnoli;*

*ore 10.00 litorali di Capo Altano e Is Perdaias Mannas;*

*ore 13.30 pranzo al sacco nella spiaggia di Guroneddu;*

*ore 17.00 arrivo a Punta S'Arena o Porto Paglia.*

*Vedere e conoscere:*

*costa rocciosa di origine vulcanica con sezioni geologiche di trachiti e piogge piroclastiche; ruderi e postazioni della II guerra mondiale; dune sabbiose fossili; patriarchi di ginepro; torre seicentesca e antica tonnara di Porto Paglia (sosta per il bagno).*

*Durata media: 7 - 8 ore*

*Quote (min / max): 1 - 105 m.s.l.m.*

*Dislivello totale: 640 metri*

*Lunghezza: m. 10.700 arrivo a Porto Paglia – m.11.200 arrivo a Punta S'Arena*

*Impegno: tre piedi di cinque*

*Fondo: roccia, sentiero, sabbia per lunghi tratti*

*Consumo medio calorico: 1.600 – 1.800 calorie*

Rientro in hotel. Cena in ristorante e pernottamento.

**3° giorno:** colazione. Con la guida ci recheremo al porto che si trova davanti all'albergo per imbarcarci per Carloforte – **Isola di San Pietro**.

*Arrivo a Carloforte, trasferimento in bus per Cala Fico.*

*Trekking naturalistico lungo la scogliere vulcanica sul lato occidentale dell'isola.*

*Luogo di nidificazione del falco della regina, detto anche di Eleonora.*

*Lunghezza: 2,5 km circa, da Cala Fico a Capo Sandalo*

*Difficoltà: medio facile*

*Quota max: 110 m.s.l.m*

*Quota min: 2 m.s.l.m*

*Giunti a Capo sandalo è possibile proseguire per il cosiddetto imbarcadero di Capo Sandalo*

*2 km (andata e ritorno).*

*Prosecuzione in bus per la spiaggia della Bobba (sosta pranzo al sacco e bagno)*

*Ore 16 circa, rientro a Carloforte, visita del centro abitato di origine ligure con le strade rettilinee, le mura ottocentesche e le case dipinte di color pastello.*

*Imbarco per Portovesme.*

Cena in ristorante e pernottamento in hotel.

**4° giorno:** colazione. Partenza con il pullman con la guida per il trekking “Sentiero dei cinque faraglioni e Porto Flavia”

*ore 8.00 partenza dall'albergo;*

*ore 8.40 arrivo a Nebida*

*ore 9.00 visita laveria La Marmora e belvedere spiaggia di Masua*

*ore 10.20 avvio escursione;*

*ore 13.30 arrivo a Masua (sosta per il pranzo e il bagno in spiaggia)*

*ore 16.00 visita sito minerario di Porto Flavia (durata 1 ora);*

*ore 17.30 partenza.*

*ore 18.20 arrivo in albergo.*

*Vedere e conoscere: Nebida, Laveria La Marmora, Portu Banda, Porto Ferro, Porto Corallo, Masua (sosta per il bagno), Porto Flavia.*

*Durata media: 4 -5 ore*

*Quote (min / max): 1 - 145 m.s.l.m.*

*Dislivello totale: 530 m*

*Lunghezza: 5.800 m.*

*Impegno: tre piedi di cinque*

*Fondo: sentiero, strada, roccia.*

*Dispendio medio energetico: 500 - 600 kcal.*

*Distanza parcheggio Masua – Porto Flavia: m 1.200 A/R*

*Località: Iglesias (SU)*

Rientro in hotel. Cena in ristorante e pernottamento.

**5° giorno:** colazione. Partenza in pullman con la guida per il trekking “La miniera di Monteponi e la città di Iglesias”

Vedere e conoscere:

la miniera di **Monteponi**, (situata all'estrema periferia di Iglesias) è stata la più importante dell'intero bacino metallifero dell'iglesiente e tra le più note in Europa per lo sfruttamento della galena argentifera e delle calamine. Dalla ex scuola elementare, riconvertita ora come museo-laboratorio, parte la visita guidata a piedi che attraversa l'area degli imponenti impianti di trattamento dei minerali fino ad arrivare alla sommità della collina.

Il piazzale San Vittorio, è il luogo ideale per dedicarsi, con l'aiuto della guida, alla divertente ricerca di alcuni campioni dei numerosi minerali estratti in questo sito.

Lungo il percorso si osservano le sagome eleganti del Pozzo Sella e del Pozzo Vittorio Emanuele, le linee razionaliste dell'impianto elettrolitico e la villa Bellavista, abitazione del direttore e sede degli uffici, circondata da palme altissime secondo il gusto tipico dell'ottocento.

Visita galleria Villamarina (facoltativa), orari: 10-11-12

Durata media: 3 - 4 ore

Quote (min / max): 180 - 340 m.s.l.m.

Lunghezza: m. 3500

Impegno: due piedi di cinque

Fondo: asfalto, sterrato

Prosecuzione per **Iglesias** e sosta per il pranzo al sacco ad Iglesias, nella centrale piazza Sella. Facoltativo: visita e degustazione nella cantina ARU € 20,00 - Quattro vini (cannonau rosato, vermentino, carignano e cannonau), pane autoprodotta, formaggi ovini e caprini, prosciutto e salsiccia

Pomeriggio:

visita del centro storico di origine medievale con le numerose chiese romaniche (la cattedrale di santa Chiara, la chiesa di San Francesco) e gli eleganti palazzi in stile liberty.

E' possibile percorrere l'intero circuito delle mura di epoca pisana (XIII sec.), visitare la torre guelfa, fino al raggiungimento del castello Salvaterra, situato sull'omonimo colle.

Visita facoltativa del museo del costume e Galleria Villamarina € 8,00 per gruppi, € 6,50 per persone over 65

Durata media: 2 - 3 ore

Rientro in bus in hotel. Cena e pernottamento.

**6° giorno:** colazione. Partenza in pullman con la guida per il Trekking “MINIERE NEL BLU da Masua a Cala Domestica”

ore 8.00 partenza in bus dall'albergo

ore 8.40 arrivo a Masua e avvio escursione a piedi

ore 13.30 pranzo al sacco in località Canal Grande

ore 16.00 arrivo a Cala Domestica

ore 17.30 partenza in bus per il rientro.

ore 18.40 arrivo in albergo

Punti di interesse: panoramiche dell'isolotto Pan di Zucchero, strutture minerarie di Porto Flavia, insenature di Portu Sciusciau e di Canal Grande (sosta per il bagno), spiaggia e torre di Cala

Domestica (sosta per il bagno).

Durata media: 8 - 9 ore

Quote (min / max): 1 - 323 m.s.l.m.

Dislivello totale: 1000 m

Lunghezza: m. 11.000

Impegno: tre, quasi quattro piedi, piedini di cinque

Fondo: sentiero battuto e sconnesso (per lunghi tratti)

Consumo medio calorico: 2.100 - 2.400 calorie

Località: Iglesias – Buggerru (SU)

Cena in ristorante e pernottamento in albergo.

**7° giorno:** colazione. Partenza in bus con la guida per il trekking “GLI ANTENATI DI PERDAS ALBAS da Capo Pecora a Scivu”

*ore 8.00 partenza dall'albergo*

*ore 9.15 arrivo a Capo Pecora e avvio escursione a piedi*

*ore 13.00 pranzo al sacco a Scivu*

*ore 17.00 rientro a Portixeddu e rientro in bus all'hotel.*

*Vedere e conoscere:*

*promontorio granitico di Capo Pecora, calette rocciose di Is Tramatzus, area archeologica del periodo nuragico di Perdas Albas, scogliere granitiche di Manago, punto panoramico di sa Vedetta, litorale di Scivu.*

*Durata media: 7 – 8 ore*

*Quote (min / max): 1 - 205 m.s.l.m.*

*Lunghezza: m. 12.430 (percorso ad anello completo)*

*Lunghezza: m. 10.500 (percorso medio)*

*Lunghezza: m. 6.000 (percorso breve ad anello)*

*Impegno: tre piedi di cinque*

*Fondo: sentiero battuto, roccia, sabbia.*

*Consumo medio calorico: 2.000 - 2.300 calorie*

*Località: Arbus (SU)*

*Partenza e Arrivo: Capo Pecora*

Cena in ristorante e pernottamento.

**8° giorno:** colazione. Check-out. Partenza in bus per Cagliari e volo per Verona. Arrivo e Fine dei nostri servizi.

Il nostro albergo: **Don Pedro (3\*), Via Vespucci 15 09010 Portoscuso**

E' situato di fronte al porticciolo di Portoscuso, paese costiero del sud ovest della Sardegna, nel territorio del Sulcis Iglesiente. La spiaggia libera è nelle immediate vicinanze. Un ambiente accogliente, riservato e confortevole, ottimo punto di partenza dei nostri trekking.

**Costo preventivato del trekking** **da € 1200 a € 1300**

**Supplemento singola (limitate)** **€ 175,00**

**Sconto solo su terza persona in camera tripla: 10%**

***N.B. il costo varierà e sarà fissato dipendentemente dalla data della prenotazione e del contestuale pagamento alla compagnia aerea. Il costo è basato su gruppo di 40 persone.***

### **La suddetta quota comprende:**

- Il viaggio in aereo A/R da Verona a Cagliari, incluso bagaglio da stiva di 20 kg.
- i trasferimenti indicati nel programma in Pullman privato e i percorsi in traghetto
- Trattamento di mezza pensione per 7 notti all'Hotel Don Pedro 3\* di Portoscuso (per ora la cena è prevista in ristorante a 200mt dall'albergo)
- Bevande ai pasti (1/4 di vino e 1/2 acqua)
- 6 Pranzi a sacco (esclusi i giorni di arrivo e partenza)
- Una guida durante i trekking
- Assicurazione annullamento viaggio e assistenze medico/bagaglio
- Le mance per servizi collettivi (autisti/alberghi/ristoranti/guida)
- Assistenza di Renato Bellomi (Renbel Travel)

### **La suddetta quota non comprende:**

- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende"
- Eventuale tassa di soggiorno da pagare in loco
- Eventuali ticket d'ingresso a chiese, musei e luoghi di interesse

**N.B:** le escursioni potranno subire variazioni in base allo stato dei luoghi. La guida proporrà eventualmente delle deviazioni o percorsi alternativi.

### **ISCRIZIONI**

**Le iscrizioni inizieranno dalla pubblicazione della locandina sul sito del GAM (presubilmente da lunedì 14/11/2022) e si chiuderanno all'esaurimento dei posti disponibili e comunque entro il 15/12/22. Saranno accettate in ordine arrivo solo con l'invio dei documenti richiesti; Ai soci GAM iscritti per l'anno 2023, sarà fatto uno sconto di euro 20,00**

### **PAGAMENTI**

**Versamento dell'acconto di €500,00 con invio alle e-mail [viaggi@renbelgroup.it](mailto:viaggi@renbelgroup.it) e [brunobellomi@libero.it](mailto:brunobellomi@libero.it) della copia del bonifico, della carta di identità dei partecipanti, codice fiscale e telefono cellulare e della indicazione della sistemazione alberghiera richiesta.**

**La prenotazione sarà effettiva solamente se verrà confermata con mail da Renbel Travel.**

### **Saldo entro il 31 luglio 2023.**

I pagamenti del corrispettivo pattuito dovranno effettuarsi secondo le seguenti modalità:

- con bonifico Intestato a Renbel Travel Srl – IBAN: IT 86 Q 05034 11714 000000005926.
- Oppure direttamente presso il nostro ufficio con Assegno, contanti, bancomat.

## **POLITICHE DI CANCELLAZIONE DETTATE DAI FORNITORI DEI SERVIZI:**

E' inclusa per tutti l'assicurazione annullamento viaggio per qualsiasi causa documentata, che verrà emessa in data successiva al pagamento dell'acconto e a chiusura delle iscrizioni.

Rispettando i termini che riguardano la tempistica dell'annullamento e le relative percentuali applicate, l'assicurazione rimborserà:

- il 100% del prezzo pagato (dedotto del costo dell'assicurazione €80) se si verifica un ricovero ospedaliero;

- Rimborso dell'85% del prezzo pagato (dedotto del costo dell'assicurazione) in caso di presentazione di soli certificati medici (senza ricovero) e per altri casi documentati.

Il rimborso avverrà attraverso il rapporto diretto tra assicurazione e cliente. La polizza emessa verrà inviata per email dopo l'emissione e conterrà tutti i dati dell'assicurazione e le modalità di comunicazione annullamento da inviare all'assicurazione, ma beninteso da comunicare prima per iscritto a Renbel.

### **NOTA BENE**

- Trattandosi di viaggio in aereo, eventuali sostituzioni con cambio nome saranno possibili con pagamento di una quota che viene richiesta dalla compagnia aerea.

Dovrà rimanere inalterato il numero camere e tipologia. La gestione di questa variazione è soggetta al pagamento di €50 per persona variata, oltre alla quota per cambio nome dovuta alla compagnia aerea.

- E' necessario che i partecipanti siano in buone condizioni fisiche. In caso di cancellazione del compagno/a di camera, il partecipante rimanente sarà soggetto al pagamento della quota in camera singola. L'Organizzatore in accordo con la guida si riserva la facoltà di variare l'itinerario e la sequenza dei trekking per cause di forza maggiore determinate dalle condizioni meteo.

- In caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti, l'organizzatore avrà la facoltà di annullare il viaggio, oppure di effettuarlo previa accettazione da parte degli iscritti del pagamento di una differenza di costo derivante dal minor numero di partecipanti

Per informazioni

BRUNO BELLOMI - tel. 349 501 69 29

mail: [brunobellomi@libero.it](mailto:brunobellomi@libero.it)

Organizzazione tecnica

**Renbel Travel Srl – Via Valpolicella 1 – 37124 Verona**

CCIAA Verona Rea 209489 - RI Verona 091 . 25646 - CF P:IVA 01975510239

Polizza fondo di garanzia nr. F50/36/907609 – centrale operativa 24h tel. 800994469

Email [viaggi@renbelgroup.it](mailto:viaggi@renbelgroup.it) – [www.renbelgroup.it](http://www.renbelgroup.it)