



## PROGRAMMA TREKK SARDEGNA: SELVAGGIO BLU SOFT



sabato 4 - sabato 11 maggio 2024

### 1° GIORNO (arrivo)

Arrivo al Rifugio sull'Altopiano del Golgo (Baunei) con i nostri mezzi. Sistemazione in bungalow. Check-in e attribuzione dei bungalow per la notte. Prima di cena al ristorante/rifugio breafing con la Guida. Si dorme nei bungalow (semplici casette di legno dotate di 2 letti a castello), con il proprio sacco a pelo. I bagni sono in comune con l'area camping.

### 2° GIORNO (Rifugio-Gennirco - E)

Con fuoristrada raggiungiamo la località Pedra Longa. Proseguimento a piedi fino a Gennirco. Si percorre un comodo sentiero fino alla Cengia Giradili che sale sulla falesia per 780 m fino a raggiungere la cima. Da qui possiamo spaziare con lo sguardo su tutto il golfo di Arbatax verso il mare e fino alle cime del Gennargentu verso l'interno. Pranzo al sacco. Cena e pernottamento in località Gennirco in tenda. **Dislivello in salita m 800 e in discesa m 200 – percorso circa 5 ore**

### 3° GIORNO (Gennirco – Genna e Mudregu - EE)

Partenza per Genna e Mudregu passando per due insenature di Portu Pedrosu e Porto Cuau. Lungo il tragitto potremmo ammirare il Golfo di Albatax e la colonia più grande d'Europa del Falco della regina. Nel pomeriggio seguiamo lungo il canalone di Bacu Maore, uno spettacolare canyon calcareo. Pranzo al sacco. Cena e pernottamento in località Genna e Mudregu in tenda. **Dislivello in salita m 600 e in discesa m 800 – percorso circa 6 ore**

### 4° GIORNO (Genna e Mudregu - Rifugio - E)

Partenza per la loc. Golgo. Raggiungeremo Punta Salinas punto panoramico da cui si potrà ammirare gran parte del Golfo di Orosei e dominare la Guglia nonché la spiaggia di Goloritze. Sosta in spiaggia e nel pomeriggio partenza per l'Altopiano del Golgo e visita ai vari siti: la voragine di Su Sterru profonda 290 mt, le Piscinas laghetti naturali che raccolgono acqua piovana, Nuraghe Albus e Faccia Litica. Pranzo al sacco. Cena al ristorante del Rifugio e pernottamento in bungalows. **Dislivello in salita m 450 e in discesa m 550 – percorso circa 3,5 ore**

### 5° GIORNO (Rifugio-Bacu Su Pendednte – EE)

**Partenza a piedi per Su Padente**, passando per le spiagge di Ispuligidenie (cala mariolu) e Cala Biriola. Dapprima visitiamo la Chiesetta di S. Pietro circondata da ulivi millenari per poi raggiungere lo spettacolare arco di roccia calcarea di Serra Latone. Proseguiamo attraverso una scala di ginepro sospesa nel vuoto, antico passaggio dei pastori di Baunei, e ci inoltriamo nella foresta di lecci che sovrasta la costa, in cui troveremo alcuni rari esemplari di carpino nero. Spostamento in gommone fino a Cala Biriola. Sosta in spiaggia e proseguimento a piedi per la località Su Padente, passando da alcuni spettacolari passaggi creati dai pastori. Pranzo al sacco. Cena e pernottamento in località Bacu Su Pendente in tenda. **Dislivello in salita m 400 e in discesa m 550 – percorso circa 6 ore**

### 6° GIORNO (Bacu Su Padente-Cala Sisine – EE)

Partenza a piedi per Cala Sisine. Passiamo per Serra Oвра, percorrendo una comoda mulattiera che sovrasta la costa e ci permette di ammirare tutto il Golfo di Orosei e una vasta porzione del massiccio calcareo dell'entroterra. Lungo il sentiero troveremo alcuni ovili tipici e scopriremo, negli anfratti delle rocce, le ingegnose modalità di raccolta delle acque usate dai pastori. Raggiunta la parte finale della spettacolare Codula di Sisine, la percorriamo fino ad arrivare alla spiaggia.

Pranzo al sacco. Cena e pernottamento in tenda presso il ristorante di Cala Sisine. **Dislivello in salita m 350 e in discesa m 600 – percorso circa 5 ore**

### **7° GIORNO (Cala Luna-Rifugio – E)**

Partenza a piedi per Cala Luna. Percorriamo una mulattiera costruita dai carbonai alla fine dell'800 e lungo il tragitto visitiamo alcuni ovili tipici baunesi, molto ben conservati, e lo spettacolare arco di roccia calcare di Lopiro. Nel pomeriggio rientro in gommone al porticciolo di Santa Maria Navarrese. Il rientro in gommone permette di ammirare per circa 1 ora e mezza la falesia costituita da un unico bastione di roccia intervallato da piccole spiagge, grotte e guglie. Nel caso sia aperta sosta e visita guidata alla Grotta del Fico (biglietto d'ingresso a carico dei partecipanti). Rientro, da Santa Maria Navarrese al Rifugio, in fuoristrada. Pranzo al sacco e cena e pernottamento al rifugio in buongalow. **Dislivello in salita m 600 e in discesa m 600 – percorso circa 6 ore**

### **8° GIORNO (Colazione e partenza)**

#### **ATTREZZATURA/MATERIALE OBBLIGATORI:**

Bastoncini da trekking, scarponi alla caviglia e scarpone di ricambio, mantella impermeabile, costume da bagno, borraccia da min. 2 litri, frontalino, bicchiere, piatto e posate, accendino, salviette biodegradabili, piccolo pronto soccorso, repellente per insetti, NO detersivi/detergenti.

UNICO BORSONE: che deve contenere tutto il materiale da trasportare in fuoristrada/gommone max 15 kg per persona. Tenda, materassino e sacco a pelo.

#### **SVOLGIMENTO DEL TREKK:**

Ogni mattina il gruppo viene raggiunto da un componente dello Staff della cooperativa Goloritzè (via mare o via terra) per la consegna delle colazioni calde e del pranzo al sacco comprensivo di 2 litri di acqua; successivamente ritira i bagagli pesanti (tende e borsoni). In questo modo i partecipanti possono camminare **leggeri, con solo lo zaino giornaliero**. I bagagli pesanti e la cena saranno consegnati ad ogni punto tappa descritto nel programma. I pasti sono a base di prodotti freschi locali, quindi variano in base alla stagione e alla disponibilità. Ogni giorno vengono forniti le colazioni, i pranzi al sacco e le cene. utilizzando i prodotti del territorio a km zero. I menù sono prevalentemente di terra: salumi, formaggi, latticini, carni e sono consegnati in montagna. Se siete **vegetariani** segnalatecelo per capire se possibile rispondere alle vostre esigenze

**COSTO/CAD.: EURO 850,00 escluso il costo del viaggio (la cui modalità è da definire) andata/ritorno da Trento a Baunei)**

#### **QUESTA QUOTA COMPRENDE:**

N. 1 Trasferimento in Fuoristrada dal Rifugio a Pedra Longa, N. 1 Trasferimento in Fuoristrada da Santa Maria Navarrese al Rifugio, N. 1 Trasferimento in gommone da Ispuligidenie a Cala Biriala, N. 1 Rientro in gommone da Cala Luna a Santa Maria Navarrese, N. 6 Escursioni guidate, N. 8 Trasporto zaini, N. 7 colazioni, N. 6 Pranzi al sacco, N. 7 Cene tipiche, N. 3 Pernottamenti in Bungalow al Rifugio.

Accompagnatore: Daniela Gabardi e giuda della Coop. Goloritzè

**ISCRIZIONI:** per i soci delle Sezioni di Trento e Sardegna sono riservate a partire dal giorno 4 marzo 2024 alle ore 17:00 direttamente alla sede della SAT di Trento, 1° piano. Nei giorni a seguire le iscrizioni sono aperte a tutti i soci SAT inviando una mail a: [gite.sattrento@gmail.com](mailto:gite.sattrento@gmail.com). L'iscrizione è confermata con il versamento dell'importo di euro 500,00 sul c/c bancario e con le modalità che saranno comunicate al momento dell'iscrizione.