



12 ÷ 19 settembre 2020
Trekking itinerante Creta Ovest
(Un profumo inatteso)



Coordinatore di gita: Donato Bonfanti (cell. 328 2584513)

Trekking itinerante a CRETA Ovest (culla della Civiltà europea): lungo il Sentiero Europeo E4; 3 sentieri lungo la costa e altrettanti dentro le Gole, due in salita e uno in discesa (Gola del Samaria parco Nazionale); tra mare libico, Monasteri e kri kri.

Note:

Le camminate non risultano essere impegnative per coloro che abitualmente praticano il trekking, e siano adeguatamente allenate. I sentieri si snodano prevalentemente sulla costa o ad essa vicina (tranne quelli dentro le Gole). I tempi di cammino indicati nel programma fanno riferimento ai tempi medi impiegati da altri gruppi nel periodo 2005/2016. Lungo i sentieri sulla costa ci sarà più volte l'opportunità di fare il bagno nel mare libico. Chi eventualmente desiderasse "saltare" una camminata prevista dal programma, potrà aggregarsi al gruppo utilizzando il traghetto, che lungo il percorso totale del trek (da Paleochora a Chora Sfakion), trasferirà i bagagli, da un paese all'altro, più esattamente: Soughia/Agia Roumeli; Agia Roumeli/Loutro; Loutro/Chora Sfakion.

Pranzo al sacco e acqua: ad esclusione del primo giorno di trek, nella quota non sono previsti pranzi al sacco, e relative dotazioni di bottiglie d'acqua da utilizzare durante le camminate. A proprie spese, ogni partecipante dovrà procurarsi il necessario nei vari supermarket dei paesi. Le sorgenti d'acqua che si potranno trovare lungo gli itinerari sono riportate nel programma. La guida escursionistica Naturaliter sarà sempre al seguito del gruppo, ed ogni giorno durante le cene fornirà al gruppo tutte le informazioni relative all'itinerario del giorno successivo.



NB1: QUOTE ISCRIZIONE:

SOCI CAI: 725,00 €;

NON SOCI CAI: 785,00 € (con assicurazione CAI per 7gg)

Per maggiori dettagli vedere all'ultima pagina alla voce "La quota non comprende i seguenti servizi".

ALLE QUOTE DI PARTECIPAZIONE SI DEVE AGGIUNGERE IL COSTO DEL VOLO DI ANDATA E RITORNO ANCORA DA QUANTIFICARE.

LE ISCRIZIONI SI RICEVONO TASSATIVAMENTE ENTRO IL 31 MARZO 2018.

SARANNO PRIORITARI I SOCI IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO 2018

Numero di partecipanti: minimo 6 massimo 26

I partecipanti si impegnano a rispettare gli orari e ogni disposizione data dal direttore di gita e dai suoi collaboratori, adeguandosi alle loro indicazioni.

INFORMAZIONI in sede, martedì e venerdì ore 21.00-23.00 - Tel. 039.9910791 - www.caicalco.it



12 ÷ 19 settembre 2020
Trekking itinerante Creta Ovest
(Un profumo inatteso)



Programma
"Un profumo inatteso"

Benvenuti a Creta! La regione più a sud d'Europa, la quinta isola del mediterraneo per estensione (8260 kmq) dopo la Sicilia, la Sardegna, Cipro e la Corsica. Lunga 255 km, larga da 13 a 55 km. La più grande e meridionale delle isole greche; a 100 km di distanza dal Peloponneso, a 175 km dalle coste egiziane, a 800 km dalla costa africana. Conta circa 550.000 residenti. La capitale è Iraklio.

Nasce 18 milioni di anni fa quando era unita alla Grecia e Turchia, dalle quali si staccò 8 milioni di anni fa, per assumere 1 milione di anni fa l'attuale aspetto.

Secondo la mitologia Greca è l'isola di Zeus, che con le sembianze di toro bianco, rapì Europa, principessa fenicia, e la portò a Creta dove con lei diede origine alla stirpe minoica; e cinquemila anni fa alla prima civiltà progredita d'Europa. Il suo nome è di origine semitica e, dal punto di vista occidentale, vuol dire "occidentale". Dopo il tramonto della civiltà minoica, avvenuto sotto la dominazione romana, e durante il periodo post-classico, Creta fu assoggettata a diversi dominatori: dal 1204 al 1898, per 700 anni fu occupata dai turchi e dai veneziani. Nel XX sec. nuove invasioni: nel 1941 i paracadutisti tedeschi conquistarono l'isola, devastando numerosi villaggi.

Le formazioni rocciose sono di tipo carsico, con un nucleo centrale granitico. I "Lefkà Ori", montagne bianche, contengono una ventina di vette sopra i 2000 metri; con la cima più alta del Pachnes (m. 2453).

Il monte più alto di Creta è però lo Psilotiris (m. 2456), posto sulla catena montuosa dei monti Ida, al centro dell'isola. Le peculiarità paesaggistiche di Creta sono i monti imponenti, le caverne ramificate, i fertili altopiani di terreno alluvionale, e le profonde gole. "Le nostre rupi crescono, tutto si muove, tutto vive", raccontano i pastori cretesi. Sono stati i fiumi impetuosi, che si formano nella stagione invernale per le piogge e lo scioglimento delle nevi, ad aver causato la formazione delle gole di Creta, fenditure simili a canyon. Le coste si sviluppano per circa 1000 km.

Le Gole più famose sono quelle del Samarià tra i "Lefkà Ori". Con l'istituzione in Parco Nazionale avvenuta nel 1962, sono state risparmiate dai disboscamenti operati dall'uomo. Il letto, come tutta l'area circostante, è formata da rocce dolomitiche; esse sono una delle attrazioni naturalistiche più belle d'Europa. Godono di una vegetazione particolare: 450 diverse specie vegetali, di cui 70 caratteristiche di questa zona. Il Dittamo "Dictamnus" è la pianta endemica per eccellenza di Creta, la più rappresentativa; cresce sulle pareti delle gole, e in nessun altro luogo della Grecia.

La religione è quasi il 100% greco-ortodossa. Oltre mille chiese si possono classificare secondo la localizzazione, la funzione e la struttura architettonica. In merito alla localizzazione si distinguono le chiese di paesi o città deputate allo svolgimento di funzioni liturgiche quotidiane, alle piccole abbazie che si trovano sparpagliate qua e là nelle campagne. Costruite grazie alle donazioni di semplici contadini, grandi latifondisti, o dalle famiglie reali nel periodo bizantino, vengono utilizzate solo quando ricorre il giorno dedicato al santo a cui sono consacrate. In passato rimanevano aperte per i viandanti che desideravano pregare o accendere un cero. Oggi, a causa dei frequenti furti delle cassette delle elemosine e delle icone, sono quasi tutte chiuse. Alcune chiese isolate erano un tempo chiese di monasteri, si tratta di piccole cappelle intonacate di bianco, immerse in paesaggi deliziosi.



12 ÷ 19 settembre 2020

Trekking itinerante Creta Ovest (Un profumo inatteso)



La Rete Sentieristica Europea: è una rete di sentieri di lunghezza estremamente elevata attraverso l'Europa. Tutti questi cammini attraversano diversi paesi, al contrario della maggior parte dei sentieri a lunga distanza europei che si trovano in un'unica nazione o regione. La rete sentieristica europea è definita dalla European Ramblers' Association, e fa uso in generale di sentieri preesistenti come i sentieri GR-Grand Randonnée.

Il Sentiero Europeo E4 è lungo 11.000 km. circa, che iniziano dalla città spagnola di Tarifa, a sud del continente europeo, e si sviluppa attraverso la Francia, la Svizzera, la Germania, l'Austria, l'Ungheria, la Romania, la Bulgaria, e la Grecia fino a Cipro. L'itinerario è mancante di tratti in Romania e parzialmente in Bulgaria.





12 ÷ 19 settembre 2020
Trekking itinerante Creta Ovest
(Un profumo inatteso)



Programma
"Un profumo inatteso"

1° giorno Sabato 12/9: Benvenuti a Creta

Alle ore 20:55 arrivo all'aeroporto di Chania (volo Ryanair FR4548 da Bergamo).

Appuntamento in aeroporto con la Guida Naturaliter. Transfer di 35' a Chania città, per sistemazione in Hotel.

Cena in taverna, e pernottamento a Chania.

2° giorno Domenica 13/9: Trekking-Sentiero E4- tipologia EE: Elafonissi / Kapo Krios.

Premessa: Indossare abbigliamento comodo per il viaggio di 2h 30' sul pullman. Togliere dalla valigia l'abbigliamento necessario per il trekking, (e anche per il mare - facoltativo), e metterli dentro un sacchetto da portare nella cabina del pullman (la valigia invece va riposta nel portabagagli del pullman).

Alle ore 07:00 colazione in hotel; alle ore 08:00 coi bagagli al seguito, trasferimento dall'hotel ad Elafonissi Beach (tempi transfer: 2h 30' soste comprese). Sosta balneare di circa 1h., seguirà sosta pranzo in taverna a Elafonissi (insalata greca: ad ogni partecipante sarà consegnata anche una bottiglia d'acqua da utilizzare durante l'escursione).

Note: il pullman resterà a disposizione del gruppo tutto il giorno, e alla fine del pranzo sarà quindi possibile effettuare il cambio abiti, prima della partenza per il trekking.

Trekking: Elofinissi /Kapo Krios: Percorso prevalentemente sulla costa con diversi su' e giù tra spettacolari dune e spiaggette protette fino a Capo Krios. Dislivello +/-180 m. Lunghezza del percorso 11 km. Tempi di percorrenza 4h 30' (soste comprese).

Da Kapo Krios transfer di 9 km a Paleochora (s.l.m.).

Sistemazione a Paleochora in Hotel e/o "Studios". Cena e pernottamento a Paleochora.

3° giorno Lunedì 14/9: Trekking-Sentiero E4- tipologia E: Anidri Beach-Gialiskari / Soughia.

Premessa: Indossare abbigliamento da trekking; e anche per il mare, ma facoltativo.

Alle ore 07:00 colazione in albergo. Ore 08:00 (consegna bagagli all'hotel per il trasferimento ad Omalos), transfer di 4 km dall'albergo alla spiaggia di Anidri (dove inizia il Sentiero E4); ciò avverrà con dei mini-bus.

Trekking: Anidri Beach-Gialiskari/ Soughia: Lunghezza percorso: km. 11 - ascesa totale: metri 633 - quota massima: m. 300 (Koukoula) - tempi di cammino: 5h circa.

Percorso interamente sulla costa nelle prime 2h; poi a località Trachili salita di 50' da quota slm a quota 300 m. - località Koukoula (terre rosse); dopo 30', si scende per 40' a 250 m. al sito archeologico di Lissos (50 m slm), per poi risalire in 30' a quota 150 metri (Kandouni/Skilolakos), proseguendo in discesa dentro la Gola del torrente Kakos Potamos, camminando per circa 60' si giunge al piccolo porto di Soughia, dal quale il paese dista 700 mt. Durante il percorso a piedi non esistono taverne. Sorgenti d'acqua soltanto al sito archeologico di Lissos (dopo 3h circa di cammino).

Cena e pernottamento a Soughia (2 notti).

4° giorno Martedì 15/9: Trekking-Sentiero E4- tipologia EE: Monte Gigilos (2008m s.l.m.)

Premessa: Indossare abbigliamento da trekking (non sono previste soste balneari).

Alle ore 07:30 colazione. Seguirà transfer di 1h a Xiloscalo (m. 1250).

Trekking: ascesa al monte Gigilos (m. 2008).

Andata e ritorno sullo stesso sentiero. Lunghezza percorso 11 km. - Dislivello +/- 1050 - Tempi di percorrenza totali: 6h 30' circa. Sorgente d'acqua a 90' di cammino dalla partenza a piedi.

Rientro a Soughia. Cena e pernottamento a Soughia.



12 ÷ 19 settembre 2020
Trekking itinerante Creta Ovest
(Un profumo inatteso)



Programma
"Un profumo inatteso"

5° giorno Mercoledì 16/9: Trekking-Sentiero E4- tipologia E: Gole di Samaria

Premessa: Indossare abbigliamento da trekking (non sono previste soste balneari).

Alle ore 07:30 colazione; consegna dei bagagli in albergo (saranno trasferiti col traghetto a Agia Roumeli).

Alle ore 08:30 transfer di 1h a località Xiloscalo (m. 1270).

Trekking: Xilòskalo (m. 1250) / Gole di Samaria / Agia Roumeli (slm): Lunghezza percorso: km. 13 (solo Gola Samaria) - discesa totale: m. 1440 - ascesa totale: m. 197 - quota massima: m. 1250 (inizio sentiero) - totale 17 km a piedi (da Xilòskalo a Ag. Roumeli); tempi di effettivo cammino: 5h circa; presenti numerose sorgenti d'acqua potabile. Non esistono bar-taverne lungo il percorso. Agia Roumeli si trova sul mare. Sistemazioni in hotel e/o "Studios" ad Agia Roumeli. - Cena e pernottamento Agia Roumeli.

6° giorno Giovedì 17/9: Trekking-Sentiero E4 - tipologia E: Agia Roumeli / Loutro

Premessa: Indossare abbigliamento da trekking; e anche per il mare, ma facoltativo.

Alle ore 07:30 colazione al ristorante. Tempo disponibile per acquistare viveri da consumare durante la camminata. Alle ore 08:30 consegna dei bagagli in albergo (saranno trasferiti col traghetto a Loutro) e partenza a piedi da Agia Roumeli.

Trekking: Agia Roumeli / Loutro: Lunghezza percorso: km. 15 - ascesa totale: m. 490 - discesa totale: m. 432 - quota massima: m. 113 - tempi di effettivo cammino: 4h 30'. Percorso per 1h e 15' dalla partenza da Agia Roumeli praticamente sulla spiaggia. Sosta al monastero di Agio Pavlos. Si prosegue poi salendo di circa 60 metri slm a mezza costa, fino alla spiaggia di Marmara, dove avverrà una sosta per il bagno. Seguirà un cammino di 1h 15' per arrivare a Loutro. Non esistono sorgenti lungo il percorso, tranne un bar/taverna ad 1 h di cammino da Agia Roumeli, e un'altra taverna alla spiaggia di Marmara (a 3h 30' di cammino dalla partenza da Agia Roumeli).

Cena e pernottamento a Loutro.

7° giorno Venerdì 18/9: Trekking-Sentiero E4 - tipologia EE: Gole di Aràdena

Premessa: Indossare abbigliamento da trekking (non sono previste soste balneari).

Alle ore 07:30 colazione al ristorante. Alle ore 08:30 consegna dei bagagli in albergo (saranno trasferiti col traghetto a Chora Sfakion) e partenza a piedi da Loutro.

Trekking: Loutro /Livaniana / Aràdena Gole/ Aràdena villaggio: Lunghezza percorso: km. 10 - ascesa m. 635 circa - discesa m. 220 circa - quota massima: m. 600 - tempi di cammino (soste comprese): 4h 30'. Percorso che da Loutro si snoda per 1 km su sentiero segnato, poi per circa 800 metri su strada sterrata; si prosegue in salita (dislivello circa 100 metri) su sentiero rurale tra ovili, fino al villaggio semi-abbandonato di Livaniana. Si entra dentro il villaggio camminando tra le case, fino ad arrivare alla parte alta del villaggio stesso. Si prosegue verso l'interno, sopra le Gole di Aradena, lungo un sentiero rurale tra ovili, fino ad arrivare in 35' ad una piccola chiesa, dalla quale poi ci si dirige scendendo in 20' circa sulle Gole di Aradena, che si percorrono in salita fino al villaggio omonimo (m. 600). Il trekking finisce sul ponte di Aradena (alto 120 metri dal letto della Gola). Durante il percorso a piedi non esistono sorgenti d'acqua. È presente invece una "Kantina" (piccolo bar) alla fine della camminata, sul ponte di Aradena. Transfer da Aradena a Chania, tempi : circa 2h 45' (con sosta a Chora Sfakia solo per ritirare i bagagli).

Cena e pernottamento a Chania.



12 ÷ 19 settembre 2020
Trekking itinerante Creta Ovest
(Un profumo inatteso)



Programma
"Un profumo inatteso"

8° giorno sabato 19/9: Itinerario turistico: Chania città - Monastero Agia Triada - Stavros Beach; e partenza in aereo per l'Italia alle ore 21:20

Premessa: Indossare abbigliamento per il viaggio in aereo; e anche per il mare, ma facoltativo.

Preparazione dei bagagli da riporre nel bagagliaio del pullman, che resterà a disposizione fino all'aeroporto. Colazione. Visita guidata alla città di Chania. Seguirà dalla città stessa transfer di 40' al Monastero di Agia Triada, per visita turistica guidata. Seguirà transfer di 30' a Stavros beach per sosta balneare e per il pranzo libero (a Stavros beach sono state girate alcune scene del film "Zorba il Greco"). Seguirà transfer a Chania per tempo libero fino alle ore 18:30, quando avverrà il transfer all'aeroporto di Chania (km 18).

Fine dei servizi Naturaliter (volo diretto Ryanair FR4549 in partenza alle ore 21:20, con arrivo a Bergamo ore 23:25).

COSA PORTARE (indispensabile):

Caschi protettivi obbligatori (a Creta non è possibile noleggiarli), zaino, pedule, bastoncini, tutto l'occorrente per il bagno al mare.

Non occorre portare lenzuola e asciugamani.

LA QUOTA COMPRENDE I SEGUENTI SERVIZI:

- Vitto: tutte le cene e le colazioni a partire dalla cena del primo giorno fino alla colazione dell'ultimo giorno. Il menu delle cene sarà fisso (ma sarà possibile un menu alternativo per vegetariani o portatori di intolleranze varie, solo previa specifica comunicazione per e-mail, prima dell'inizio del trekking).
- Alloggio: pernottamenti in camere doppie munite di lenzuola e asciugamani.
- Tutti i transfer con pullman privato dall'arrivo in aeroporto alla partenza da Creta.
- Guida escursionistica sempre al seguito.
- Guida Turistica ove prevista e se indicata nel programma.
- Trasporto bagagli da un albergo all'altro (no facchinaggio).
- Organizzazione e logistica a Creta per i giorni di durata del trekking.

LA QUOTA NON COMPRENDE I SEGUENTI SERVIZI:

- Costi viaggio dall'Italia per Creta e vv.
- Tasse di Soggiorno, eventuali.
- Ogni bibita durante le cene.
- Tutti i pranzi, comprese le bottiglie d'acqua da utilizzare durante le camminate.
- Supplemento camera singola (€20,00 a persona a notte).
- Biglietti d'entrata alle Gole, ai Musei e siti archeologici.
- Ogni tipologia di Assicurazione per i partecipanti.
- Qualsiasi altro costo non citato alla voce: " la quota comprende i seguenti servizi".



12 ÷ 19 settembre 2020
Trekking itinerante Creta Ovest
(Un profumo inatteso)



NOTE BAGAGLI:

Poiché le valigie saranno trasferite su traghetti, è indispensabile munire ogni valigia di etichetta riconoscitiva ben fissata ed evidente con la dicitura: **"Naturaliter Italian Group"**.

La Naturaliter Soc. Coop. non risponde di eventuali competenze e/o responsabilità delle compagnie greche di navigazione.



Modalità di pagamento quote:

1. entro luglio: acconto di 525€ a persona, tramite bonifico bancario;
2. saldo 200€ contante alla Guida Naturaliter, insieme al supplemento di eventuali singole, e 12€ della Polizza Infortuni se richiesta (*)

In caso di rinuncia:

- se comunicata entro il 15 agosto: sarà restituita al 100% la somma versata (525€);
- se comunicata entro il 03 settembre: sarà restituita al 50% la somma versata (262,50€);
- se comunicata oltre il 03 settembre: non sarà restituita alcuna somma versata.