

CAI PADOVA



Programmazione 2023

Trek di Costa Paradiso, Spargi e Caprera

Dal Lunedì 8 Maggio a Domenica 14 Maggio

Il Trek delle Bocche è un percorso di 4 giorni lungo la costa nord della Sardegna: da Isola Rossa a Capo Testa, passando per le spiagge di Costa Paradiso, Vignola Mare e Rena Majore.

Camminando di cala in cala, tra sabbie bianche e formazioni rocciose morbide e sinuose, i piccoli sentieri attraversano le località più rinomate per i loro incantevoli scenari e la purezza delle proprie acque. Le decise caratteristiche di ogni spiaggia fanno di questo tratto di costa una delle mete turistiche estive più ricercate dell'isola, nella quale trovare pace e riposo tra le mille insenature rocciose o sui lunghi lidi sabbiosi.

Nonostante la discreta lunghezza di ogni tappa, l'itinerario non presenta salite lunghe o particolarmente impegnative. Le tante ascese per il raggiungimento della baia successiva non superano mai i 50m di altezza e il cammino è frammentato da tanti punti di sosta presso i quali godere del panorama e riempirsi gli occhi di sfondi da cartolina.

Al termine del trekking un transfer riporterà il gruppo al punto di partenza. La prima e la seconda tappa terminano presso due bellissime spiaggette

Lunedì 8 Maggio

8.30 – Arrivo del gruppo all'aeroporto di Olbia

10.30 – Trasferimento del gruppo alla Vineria Surraru per degustazione di vini e pranzo

14.30 – Partenza dalla Cantina

15.30 – Visita Olivastri millenari di Luras

17.30 – Arrivo in albergo a Isola Rossa

La nostra avventura in terra sarda inizierà con la visita alla bellissima Cantina Surraru situata ad Arzachena. Qui potremo degustare vini e visitare la cantina in un ambiente unico.



Nel pomeriggio visiteremo l'area protetta degli Olivastri millenari di Luras. Il più imponente raggiunge la bellezza di 4000 anni ed è per questo classificato come Monumento Nazionale Italiano. Il 'patriarca' è tra i più vecchi alberi del mondo (Top 5) ed il secondo d'Europa, superato solamente da un altro olivastro situato in Grecia.



Martedì 9 Maggio

7.30 – Sveglia, Colazione e partenza. A fine tappa transfer verso Isola Rossa e Cena7
18.00 – Rientro Isola Rossa

Da Isola Rossa a Cala Sarraina

Descrizione Tappa:

Da Isola Rossa iniziamo il percorso partendo dalla torre Aragonese in direzione nord-est. Dopo la spiaggia di Santa Mariedda l'itinerario passa per luoghi incantevoli come la spiaggia Li Cossi, Cala Tinnari e le lunghe scogliere di Costa Paradiso.

Tempo: 7h Distanza: 17km Dislivello +: 720m



Il percorso si muove da Li Canneddi sino a Cala Tinnari in un tripudio di Graniti Rosa e paesaggi da cartolina.

Questi panorami meravigliosi si riferiscono alla fascia costiera che conduce verso la famosa Spiaggia di Li Cossi. La costa frastagliata e il mare azzurro ci regalano panorami mozzafiato.



La spiaggia di Li Cossi rappresenta sicuramente uno dei luoghi più conosciuti e rappresentativi della Costa Paradiso.

Mercoledì 10 Maggio

7.30 – Sveglia, Colazione e partenza. A fine tappa transfer verso Santa Teresa di Gallura
18.00 – Notte in albergo a Monti Russu

Da Cala Sarraina a Monti Russu

Continuando lungo i piccoli sentieri che costeggiano il mare, tra la bassa macchia mediterranea e gli scogli di granito rosso, si superano Cala di Faa e le scogliere di Portobello di Gallura sino ad aggirare Punta Li Francesi e raggiungere altre baie da sogno quali Vignola Mare, Chiscinaggiu e Naracu Nieddu. Questa tappa termina presso la bellissima spiaggia Monti Russu, sotto il promontorio omonimo, dal quale poter godere di una vista a 360°.

Tempo: 8h

Distanza: 18,5km

Dislivello +: 380m



Da Punta Sarraina si percorre la fascia costiera, qui i graniti di Gallura ci fanno nuovamente di contorno e ci permettono di arrivare sino alla bellissima Spiaggia di Faa.



Raggiunto il piccolo centro abitato di Portobello ne percorriamo la fascia costiera e puntiamo in direzione Punta Di Li Francesi.





Da Punta Li Francesi ci muoviamo verso la Spiaggia di San Silvestro famosa per piccola e graziosa chiesetta che domina sul blu del mare.

Giovedì 11 Maggio

7.30 – Sveglia, Colazione e partenza.

18.00 – Notte a Palau

Da Monti Russu a Capo Testa

Dopo una possibile visita al fortino, il cammino prosegue lungo una serie di piccole cale tra cui Cala Pischina, Rena Matteu, Lu Poltiddolu e La Colba. Lo spiagione di Rena Majori, con le sue dune, offre un punto di relax da non mancare, prima di continuare lungo la parte più impervia del percorso. La vegetazione e le rocce sottostanti il Monte Cintu nascondono la traccia che porta a scoprire Cala Bumbalda e Punta Marineddi, due perle nelle acque cristalline della Sardegna.

Tempo: 7h

Distanza: 16,5km

Dislivello +: 360m



Da Monti Russu proseguiamo il nostro trekking lungo la fascia costiera attraverso Cala Pischina e Rena Majore: due spiagge paradisiache.



La grande Baia di Santa Reparata ci conduce verso la celeberrima località di Capo Testa. La Primavera in tutte le sue forme e colori ci delizia lo sguardo.



L'ultima parte del nostro itinerario prevede il periplo di Capo Testa. Questo istmo di terra, o per meglio dire granito, è un vero e proprio monumento naturale. I bianchi calcari erosi da acqua e vento creano spettacoli unici.

Venerdì 12 Maggio

7.30 – Sveglia, Colazione e partenza. A fine giornata arrivo a La Maddalena e pernottamento

Giro in Catamarano e Trekking a Spargi

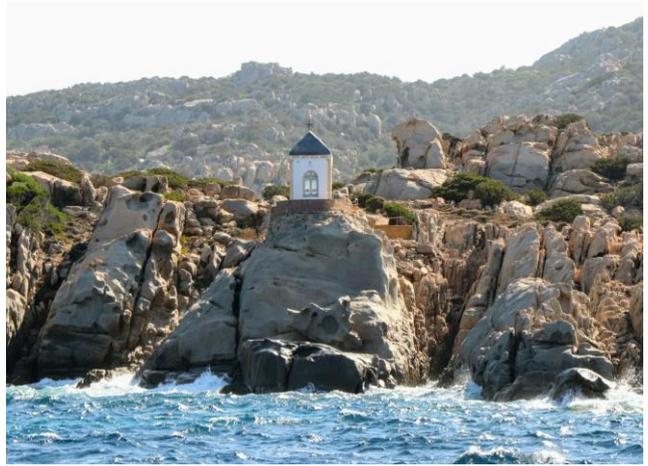
La giornata sarà all'insegna dell'Arcipelago della Maddalena. Partiremo la mattina in Catamarano verso il gruppo di isole più conosciute della nostra amata isola. Metà giornata sarà dedicata alla navigazione in comodi catamarani mentre nella seconda parte della giornata potremo affrontare un percorso di trekking alla scoperta della meravigliosa isola di Spargi.

Al termine della giornata il catamarano ci accompagnerà a La Maddalena per la notte.

Tempo: 2 h

Distanza: 4,7 km

Dislivello: 160m



Sabato 13 Maggio

7.30 - Sveglia, Colazione e partenza
18.00 – Notte a La Maddalena

Trekking a Caprera

Caprera è l'isola dei lunghi trekking costieri... è di natura granitica e possiede numerosi

boschi, principalmente pinete e litorali con cale sabbiose alternate da scarpate a picco sul mare. Il colore delle acque è di un verde cristallino intenso per merito delle forti correnti che puliscono il mare dalle particelle in sospensione e dei fondali di sabbia bianchissima che ne risaltano le tonalità. Il trekking ci permetterà di scoprire Cala Caprese, Cala Napoletana, Spiaggia Messa del Cervo e Forte Candeo.

Tempo: 4 h

Distanza: 13,9 km

Dislivello: 550m



Domenica 14 Maggio

Mattinata libera a La Maddalena con Trekking opzionale a Cala Coticcio o visita al Compendio Garibaldino. La giornata sarà dedicata alla scoperta di La Maddalena, vitale borgo famoso in tutto il mondo per la posizione geografica nel cuore dell'arcipelago.

Nel pomeriggio rientremo verso l'aeroporto di Olbia per la partenza del gruppo.

