



Araba Fenice Veneto cralaraba @ virgilio.it tel. 049 8995612/13

Itaca, tra leggenda e realtà

**Dal 10 al 19 settembre 2010
camminando lungo i sentieri associati all'Odissea**

„ Ulisse, il figlio di Laerte, io sono, per tutti accorgimenti al mondo in pregio, e già noto per fama in sino agli astri. Abito la serena Itaca, dove Lo scotifronde Nérito si leva superbo in vista, ed a cui giaccion molte non lontane tra loro isole intorno, Dulichio, Same, e la di selve bruna Zacinto. All'orto e al mezzogiorno queste, Itaca al polo si rivolge, e meno dal continente fugge: aspra di scogli, ma di gagliarda gioventù nutrice.“

Odissea - Canto IX - traduzione di Ippolito Pindemonte

Simbolo dell'avventura, e nello stesso tempo della nostalgia di casa, della fermezza e della fedeltà coniugale: Itaca è conosciuta nel mondo intero come l'isola di Ulisse, l'eroe omerico. **Itaca** è una piccola isola dello Ionio, con 96 Km² di superficie e 101 Km di coste. Si trova a nord-est di Cefalonia, dalla quale è separata da uno stretto passaggio, largo appena 3,5 Km. Isola montuosa, piena di verde e di bellissime baie profonde. Una di esse Mòlos, circa al centro dell'isola, penetra tanto profondamente all'interno, da creare una strozzatura larga appena 0,5 Km, quasi dividendo l'isola di Itaca in due. Gli abitanti di Itaca si occupano prevalentemente di agricoltura, allevamento e pesca.

Il trekking: l'isola, per quanto piccola possa apparire, è dotata di una considerevole e ben mantenuta rete di sentieri, in fase di completamento, e di collegamento tra loro; grazie al volontariato di alcuni giovani, e al contributo economico di alcune associazioni internazionali, anche italiane. Tuttavia, le camminate prevedono itinerari misti anche su asfalto, oltre che su mulattiere, e sentieri dei pastori, tra uliveti e macchia mediterranea, tra piccoli paesi, e panorami mozzafiato. Sosteremo sulle spiagge di baie selvagge, dagli splendidi fondali turchesi, visitando monasteri aggrappati alle vette, e naturalmente, tutti i siti archeologici che vengono considerati testimonianze omeriche. Il trekking è adatto soprattutto a quanti non desiderano effettuare camminate fisicamente impegnative o lunghe, e che desiderano anche impiegare del tempo per godersi tranquillamente l'isola, sia sotto l'aspetto naturalistico, che culturale e sociale.

Programma di massima (con arrivo dall'Italia in nave):

Venerdì 10/09/10 : Partenza con pullman riservato dalla sede Cral in via Transalgardo per il porto di Ancona. Imbarco su traghetto Superfast Ferries e partenza alle ore 13.30 per Patrasso. Pernotto in nave.

Sabato 11/09/10 : arrivo a Patrasso alle ore 11.30. Partenza con traghetto da Patrasso alle ore 12.30 con arrivo a Itaca alle ore 16.15. Trasferimento a Stavros (a Nord di Itaca). Sistemazione in camere doppie con bagno. Dopo la sistemazione nelle camere, con la Guida escursionista locale, visita con sosta bagno, alla Baia Polis (distante 1 km da Stavros). Cena in un ristorante di Stavros. Pernottamento a Stavros.

Domenica 12/09/10 : breakfast in un bar di Stavros. Escursione con partenza a piedi da Stavros (150 m.): villaggio di Exoghi (300 m.)/monastero di Pernarakia (506 m.)/ritorno a Exoghi per imbocco sentiero per la Baia Polis/Stavros. Durata escursione, soste comprese (esclusa quella alla Baia Polis per il bagno): 5 h. Cena in ristorante a Stavros. Pernottamento a Stavros.

Lunedì 13/09/10 : breakfast in un bar di Stavros. Visita al Museo archeologico di Stavros. Proseguimento per visita all'area archeologica „Scuola di Omero“. Proseguimento per visita alla Fonte Kalamos. Durata camminate comprese le visite: 3 h. ca. Rientro a Stavros e bagno al mare della Baia Polis. Cena in ristorante a Stavros. Pernottamento a Stavros.

Martedì 14/09/10 : breakfast in un bar di Stavros. Escursione con partenza a piedi da Stavros: Frikes (s.l.m.)/ Baia di Marmaka con sosta bagno/salita Penisola di Marmaka (punto più alto 300 m.) e discesa a Stavros. Durata escursione soste escluse: 3 h.; km. 14. Cena in ristorante a Stavros. Pernottamento a Stavros.

Mercoledì 15/09/10 : breakfast in un bar di Stavros. Transfer da Stavros al Monastero di Katara (600 m.). Visita al Monastero. Successivamente, escursione a piedi con partenza dal Monastero di Katara: Anoghi (500 m.) e sosta pranzo in taverna. Proseguimento escursione per Kioni (s.l.m.). Durata escursione soste escluse: 4 h.; Km. 10 ca. Da Kioni trasferimento a Vathi (s.l.m.) e sistemazione in Hotel. Cena in ristorante di Vathi. Pernottamento a Vathi.

Giovedì 16/09/10 : breakfast in hotel. Escursione con partenza a piedi dall'hotel: Grotta delle Ninfe (150 m. ca) / Perachori (300 m. ca)/ Fonte Aretusa (80 m. ca)/ Baia Fonte Aretusa con sosta bagno/ritorno su sentiero di Fonte Aretusa e proseguimento su asfalto fino a Vathi. Durata escursione soste escluse: 5 h. Cena in ristorante di Vathi. Pernottamento a Vathi.

Venerdì 17/09/10 : breakfast in hotel. Transfer dall'hotel ad Aetos per inizio camminata al sito archeologico „Alalkomenes“. Salita in cima al sito archeologico con dislivello di ca 150 m. Durata camminata in salita: 45'; in discesa: 35'. Rientro su stesso sentiero e transfert a Vathi. Successivamente, transfer alla Baia di Filiatro e sosta bagno. Rientro con transfert in hotel. Cena in ristorante di Vathi. Pernottamento a Vathi.

Sabato 18/09/10 : breakfast in hotel. Transfer al porto di partenza col traghetto per Patrasso alle ore 07.00. Arrivo a Patrasso alle ore 11.20 e partenza nel pomeriggio alle ore 14.30 con traghetto per Ancona. Pernotto in nave.

Domenica 19/09/10 : Arrivo ad Ancona alle ore 10.30. Rientro in pullman a Padova.

Quota individuale del trekking (numero minimo 17 massimo 30 partecipanti):

Cral dip,ti € 770,00 Soci Fitel o altri Cral Araba Fenice € 800,00

Supplemento singola € 130,00 per tutto il periodo.

Riduzione per cabina quadrupla interna € 45,00

La quota comprende: viaggio a/r Padova Itaca **cabina doppia/tripla interna** tratta Ancona Patrasso, vitto (breakfast; cene, acqua e vino della casa durante le cene), i menu del breakfast (in bar a Stavros scegliendo cosa uno preferisce e con buffet continentale in hotel a Vathi) e quello delle cene sarà fisso, tuttavia sarà possibile predisporlo anche per eventuali vegetariani, celiaci o soggetti a varie intolleranze, previa richiesta. Alloggi (pernottamenti in camere munite di lenzuola e asciugamani). Assicurazione infortuni. Guida escursionista locale, ed accompagnatore Naturaliter. Tutti i transfert indicati nel programma.

La quota non comprende: bibite extra durante le cene. Tutti i pranzi. Bottiglie d'acqua durante le camminate. Supplemento camera singola solo se richiesta salvo disponibilità. Eventuali ticket per visite ad aree archeologiche e grotte. Eventuali e qualsiasi altri costi extra non previsti nel programma.

Cosa portare d'indispensabile: abbigliamento da trekking scarponcini compresi (bastoncini facoltativi); zaino; creme solari e il necessario per il bagno al mare; torcia elettrica, tessera sanitaria, macchina fotografica, carta d'identità, occhiali da sole, cappellino, coltellino svizzero, sandali mare, biancheria di ricambio, materiale per l'igiene personale.

Per eventuali informazioni: Segreteria Cral Araba Fenice tel. 049 8995612/13

Fabris Ennio uff. Banche tel. 049 6992378 dopo orario di lavoro.

Organizzazione: Naturaliter piccola soc. coop. – via Amendolea - Condufuri (RC)

SCADENZA ADESIONI 25 MARZO 2010

Invio tramite **CRAL Araba Fenice Veneto** fax 049 8995614
ADESIONE AL TREKKING "ITACA LA LEGGENDA E LA REALTA'" 10-19/09/2010

Il/la sottoscritto/a _____ matr. _____

Ufficio / Agenzia _____ tel _____

Nato a _____ il _____ residente a _____

Documento d'Identità nr _____ rilasciato da _____

Il _____

telefono di casa o cellulare (per comunicazioni dell'ultima ora) _____

Intende aderire al trekking a Itaca dal 10 al 19/09/2009 ed iscrive pure:

Cognome e nome _____ nato a _____

il _____ residente a _____ Documento d'Identità

nr _____ rilasciato da _____ il _____

Cognome e nome _____ nato a _____

il _____ residente a _____ Documento d'Identità

nr _____ rilasciato da _____ il _____

Nave cabina doppia interna Nave cabina tripla interna Nave cabina quadrupla interna

Camera singola (limitate) Camera doppia matrimoniale Camera doppia letti separati

Autorizzo l'addebito di € _____ nel c/c _____

presso l'agenzia di _____ codice interno _____

I soci aggregati Fitel non clienti di Banca Antonveneta dovranno bonificare a favore Cral Araba Fenice Veneto – Padova, codice Iban : IT19 A 05040 12159 000001420363 con causale : trekking a Itaca dal 10 al 19 settembre 2010.

Data, _____

Firma _____

