GRUPPO ESCURSIONISTICO
PROVINCIA DI ROMA

FederTrek
Escursionismo e Ambiente

Grecia - Le Isole JONIE

CEFALONIA e ITACA

Da Sabato 28 maggio a Lunedi 6 giugno 2011

(10 giorni compreso il viaggio)

In anticipo rispetto all'affollamento dell'alta stagione abbiamo l'opportunità di trascorrere una splendida settimana di mare e di escursioni sulle deliziose isole Jonie. Risiederemo a Cefalonia e visiteremo la vicinissima Itaca, mitica isola, verdissima e contornata di bianche spiagge.
La vacanza comincerà già sulla moderna motonave su cui ci imbarcheremo a Brindisi, alloggiando in confortevoli cabine con servizi interni e doccia.
Cefalonia è una grande isola, molto boscosa nella parte interna, soprattutto nella zona del Parco Nazionale di Monte Enos la cui cima principale Megas Soros raggiunge 1628 m slm. Godremo del calore del suo clima (che ci permetterà bagni giornalieri di sole e di mare,) e del verde dei suoi vigneti ed oliveti. Le fioriture di origano timo capperi e camomilla coloreranno le nostre escursioni.

Sabato 28 – Appuntamento Metro Rebibbia ore 7,45. Partenza per Brindisi ore 8,15. Appuntamento ore 15,30 a Brindisi, Molo Costa Morena per il check-in; alle 16,00 ci imbarcheremo sulla nave della HML diretta a Patrasso. Alloggeremo in cabine quadruple con servizi interni e doccia; possibilità di alloggiare in cabine doppie o triple prenotando nei termini indicati. Dal porto di Patrasso ci imbarcheremo sul traghetto diretto al porto di Sami, a Cefalonia, dove sbarcheremo alle 15,00. Ci recheremo direttamente nella zona di Livathos per sistemarci in Albergo, sito a 300m dalla spiaggia. La cena è prevista in ristorante sul lungomare a 400m dall'albergo.

Programma sintetico (*seguirà programma dettagliato*)

Nei sette giorni che trascorreremo sull'isola effettueremo:
- mini crociera giornaliera ad Itaca sul Sami Star uno splendido battello di legno;
- escursione giornaliera (T/E) nel bosco del Parco M. Enos e poi di cresta fino a Megas Soros;
- escursione (T/E) al Monastero di M. Atros;
- escursione (T/E) ai Monasteri di Sissia e alla spiaggia omonima;
- mini escursione (T) alla fortezza di Assos;
- visita alle bellezze naturali dell'isola: Grotta di Drogarati, Kathavotres;
- visite (T) alle bellezze storiche dell'isola: resti dell'antica Sami, Tomba micenea di Tzanaton, Kastro di Ag. Georgios, Santuario Ag. Gerasimos;
- bagni e immersioni presso le spiaggie di Myrtos, Antisami, Kakongylos, Assos, Trapezaki, Lourdas.

(Tutte le visite ed escursioni elencate sono incluse nelle quote di partecipazione indicate nel seguito).

Guardate le foto del nostro gruppo a Cefalonia e Itaca dello scorso anno seguendo il link:
http://www.escursionigep.it/galleria_foto/Cefalonia/index.htm

Domenica 5 giugno - Colazione in albergo. Partenza per Fiskardo. Visita e shopping a Fiskardo. Imbarco per Lefkada (Vasiliki o Nidri). Pranzo e relax su Lefkada. Partenza per Sivota con relax in spiaggia e cena.
Alle 22,00 saremo ad Igoumenitsa per le pratiche di imbarco.

Il gruppo sarà composto al massimo da 25 partecipanti con un minimo di 19; gli equipaggi saranno costituiti da 3 o 4 persone. L'autista che mette a disposizione l'automobile pagherà il 10% delle spese di viaggio (carburante ed autostrada) con 2 passeggeri, mentre non pagherà nulla con 3 passeggeri. Le spese di viaggio saranno calcolate secondo le tariffe ACI con rimborso di circa 20 centesimi al Km.

Quota escursioni e contributo segreteria: € 50

Per le spese di viaggio, vitto e alloggio verrà costituita una cassa comune.

Quota individuale: € 500 in camera tripla - € 540 in camera doppia - € 660 per la singola.

La quota include: Viaggio A/R in motonave con automobili e con cabine (servizi interni e doccia) da 4 letti (*cabina doppia/tripla a richiesta*) incluse le tasse portuali e le spese di imbarco; traghetto Patrasso-Sami; n.7 pernotti in albergo, n.7 prime colazioni, n.6 cene in ristorante/taverna, battello gita per Itaca, supporto guide locali.

La quota non include: Entrate nei musei (Museo Korgialenio circa 4€) e alle grotte (Lago sotterraneo Melissani circa 5€).

Supplementi individuali A/R per cabine: tripla € **20**; doppia € **50**.

Spese di viaggio (autostrada e carburante): verrà costituita una cassa comune per equipaggio.

Prenotazione: Occorre iscriversi al più presto e versare un acconto di **€ 200** entro il **28 aprile** per l'acquisto dei biglietti del traghetto e l'anticipo da inviare in albergo. Superata la data sopra citata le prenotazioni verranno accolte con riserva di verifica e con un aumento della quota.

Contattateci per qualsiasi dubbio o curiosità.

Per informazioni e prenotazioni rivolgersi a:
AEN Angelo GOFFI 333 2008 768 (angelogoffi@gmail.com)
Mario SALVETTI 347 0347 537.

Note:

- Il programma della vacanza, per esigenze logistiche e meteo, può variare;
- Dato che le spiagge sono spesso sassose e non sono attrezzate è opportuno portare uno stuoino;
- Portare indumenti idonei al periodo e ai contesti ambientali (mare e montagna); le scarpe da trekking sono indispensabili;
- Si prega di non esagerare con il bagaglio: un trolley e uno zainetto da escursione dovranno essere sufficienti;
- L'assistenza sanitaria primaria durante il soggiorno in Grecia è assicurata a tutti i cittadini italiani, purché in possesso della tessera sanitaria;
- Documenti personali: per i cittadini italiani bastano la carta d'identità valida per l'espatrio o il passaporto. Per i minori di 14 anni, se non sono iscritti nel passaporto dei genitori, serve il Certificato d'identità da richiedere al Comune di residenza e vidimare in Questura (attenzione - per ottenerlo ci vogliono anche 15 giorni);
- Documenti per l'automobile: Libretto di circolazione e Carta Verde.

Tessera FEDERTREK obbligatoria ai fini assicurativi costo € 15, validità gen-dic 2011
(Chi non fosse tesserato è pregato di provvedere ben prima della partenza)

G.E.P.: Via di Casal Bruciato, 11/13 – 00159 Roma 392 2871751 – Fax 06 62276061
www.escursionigep.it - gepnatura@mclink.it

FederTrek: Via Paolo Luigi Guerra, 20 – 00176 Roma Tf/Fax 06 7211301;
www.federtrek.org - segreteria@federtrek.org