

CLUB ESCURSIONISTI ARCORESI

Via IV Novembre, 9 20043 ARCORE Tel. 039-6012956 cell. 3479471002

www.cea-arcore.com e-mail: cea-arcore@libero.it

TREKKING

NEI PIRENEI CATALANI

SPAGNA

Da sabato 21 a domenica 29 luglio 2012

Il CEA quest'anno stringerà un gemellaggio con il Centro Excursionista de Banyoles. In occasione del gemellaggio ci recheremo in Catalogna dove, partendo da Banyoles, visiteremo i Pirenei guidati dai nostri amici locali. Un'occasione imperdibile per scoprire sia questa bellissima catena montuosa sia le tradizioni, il folclore e la gastronomia di questo popolo



Picco di Gra de Fajol (sulla destra il Grande, sulla sinistra il Piccolo)

Alcune foto ed itinerari dei luoghi che visiteremo

GITA DI DUE GIORNATE SUI PIRENEI ORIENTALI

Percorso di alta montagna facile: basta essere abituati alle camminate in montagna.

Prima giornata: Queralbs (1.236m) – Sentiere antico della Valle di Núria – Santuario della Madonna di Núria (2.000m) – Picco di Torreneules (2.711m) – Rifugio di Coma de Vaca (2.000m)

Cena, pernottamento e prima colazione nel rifugio.

Seconda giornata: Rifugio di Coma de Vaca (2.000m) – Picco di Gra de Fajol (2.708m) – Setcases (1.230m)

Abbigliamento: scarpe da montagna, giacca a vento, pile, bastoni, K-Way impermeabile, pantaloncini + pantaloni di montagna, sacco-lenzuolo, zaino, borraccia, occhiali da sole, cappello.

Orario: La prima giornata è impegnativa, più o meno 8 ore di marcia, e il dislivello è importante. La seconda giornata è più semplice, più o meno 6 ore.



Picco di Torreneules



Santuario della Madonna di Núria

Escursione sulla Costa Brava

Camminata semplice sul sentiero della Costa Brava Nord, dalla città di Roses al paese di Cadaqués, sempre nel Parco Naturale di Cap de Creus.

La mattina si parte dalla città di Roses, e si prende il sentiere costiero GR-92 verso il nord.

Sempre sulla costa, si visitano delle bellissime insenature e baie.

Paesaggi splendidi, e possibilità di fare il bagno.

Arriviamo al famosissimo paese di Cadaqués, dove hanno vissuto Salvador Dalí ed altri artisti moderni.

Lì, nel pomeriggio, si riprende il nostro pullman e andiamo a visitare l'antica abbazia di Sant Pere de Rodes, uno dei monasteri medievali più splendidi della Catalogna antica.

Orario della camminata: 6 ore.

Percorso facile: scarpe leggere, costume di bagno, zaino, borraccia, cappello, occhiali e crema per il sole.



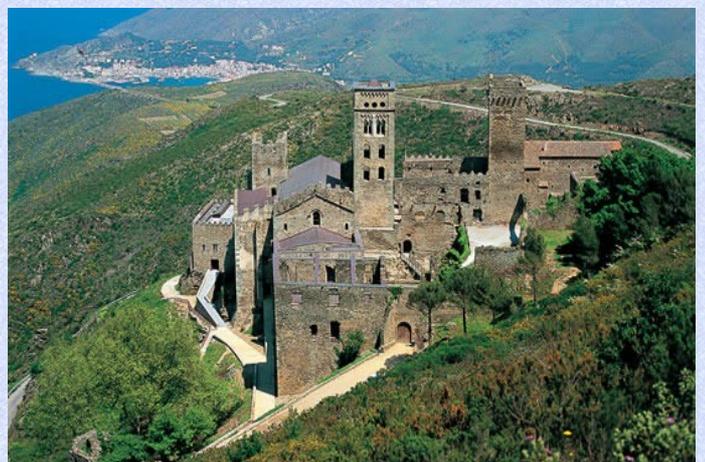
Roses



Faro di Cala Nans



Cadaques



Abbazia di Sant Pere de Rodes

PAESI MEDIEVALI E PARCO NATURALE DELLA ZONA VULCANICA DELLA GARROTXA

Gita turistica, in pullman, e con piccola passeggiata presso i vulcani del Parco Naturale de la Zona Vulcanica della Garrotxa.

Si parte da Banyoles, la mattina, dopo la prima colazione, col pullman.

Prima fermata per visitare il bellissimo paese medievale di Besalú (15 km da Banyoles): ponte medievale, stradine tipiche, abbazia di Sant Pere, chiesa di Sant Vicenç, quartiere ebraico.

Si riprende il pullman per fare una nuova fermata, 10 km più su, a Castellfollit de la Roca, piccolo paese innalzato su un strapiombo basaltico.

Riprendiamo il pullman, passiamo la città di Olot senza fermarci, e raggiungiamo la parte centrale del Parco Naturale della Zona Vulcanica (è l'unica zona vulcanica della penisola iberica). Piccola passeggiata semplice al vulcano di Santa Margarida ed al vulcano di Croscat.

Si fa il pic-nic.

Pomeriggio, sempre col pullman, si visita un altro paese medievale: Santa Pau, e dopo ritorniamo a Banyoles.

Abbigliamento: scarpe leggere, zainetto, borraccia, cappello, occhiali da sole.



Besalu



Zona Vulcanica: vulcano di Croscat



Santa Pau

CAMMINATA NELLE MONTAGNE DELL'ALTA GARROTXA

Le montagne dell'Alta Garrotxa (il significato di questa parola catalana è “terra aspra, scabrosa, dove si cammina male”) costituiscono i Pre-Pirenei calcarei più orientali.

È una zona praticamente spopolata, solo con alcuni paesini minuscoli ed un patrimonio romanico splendido (più di 50 cappelle, ponti e castelli) resto di quando questo cantone è stato un rifugio cristiano nei primi tempi della formazione della Marca Hispanica. A causa della vicinanza con la città, è la destinazione prediletta dagli escursionisti di Banyoles.

La camminata proposta è un bellissimo percorso, lungo e duro, sulla parte centrale di questo massiccio montagnoso. Vi faremo scoprire un paesaggio incredibile, con partenza dal paesino di Beget, un gioiello medievale nascosto nel fondo di una valle praticamente chiusa, e finiremo nella stupenda valle di Sant Aniol, dove potremo fare il bagno nel torrente più selvaggio della zona e ammirare delle cascate incredibili (c'è sempre l'acqua, se l'estate non è troppo secca)

Itinerario: Beget – Valle di Hortmoier – Colle di Talaixà – Valle di Sant Aniol – Sadernes.

Orario: 7 ore

Abbigliamento: Scarpe di montagna (leggere), pantaloncini, bastoncini, zaino, borraccia, occhiali e cappello da sole, costume di bagno.



Beget



Il Cristo romanico di Beget



Cascata del Brull, nel torrente di Sant Aniol



Colle di Talaixà

VISITA TURISTICA A BANYOLES E DINTORNI DEL LAGO

L'origine della città di Banyoles è la fondazione dell'abbazia di Sant Esteve (Santo Stefano) da parte di un gruppo di monaci arrivato nel 812 A.D., dopo la creazione della Marca Hispanica per l'imperatore Carlomagno. I monaci hanno addomesticato le acque del lago, hanno coltivato la terra, hanno costruito case, mulini, chiese, e così si è formata una popolazione che oggi raggiunge più o meno 18.000 abitanti.

Oltre al quartiere antico, molto bello, il gioiello della città è il lago.

La gita proposta è una visita guidata in città e dopo, una passeggiata semplice, per fare il giro del lago (8 Km).

Difficoltà: Nulla

Abbigliamento: Scarpe comode e vestiti leggeri se fa caldo. Si può fare il bagno.



Panoramica del lago di Banyoles.



Sponda del lago.



Abbazia di Sant Esteve di Banyoles

ESCURSIONE DOPPIA: VISITA TURISTICA ALLA CITTÀ DI GIRONA (LA MATTINA) E CAMMINATA LA SERA

La mattina, dopo colazione, si prende il pullman per andare alla città di Girona (18km), capitale di provincia. Fondata dai romani sotto il nome di GERUNDA è una città splendida: quartiere storico, duomo, musei, palazzi... e molto commerciale.

Abbiamo la possibilità di fare la visita guidata.

Tardo pomeriggio, camminata in salita fino al Santuario della Madonna di Rocacorba (partendo da Banyoles). 2./3 ore per l'andata. Dislivello 700 metri.

Nel Santuario, i cuochi del Centre Excursionista di Banyoles ci prepareranno una splendida cena tipica catalana. Dopo, per digerire, riscendiamo a Banyoles (utili le torcie a pile, perchè al ritorno sarà buio).

Abbigliamento per la camminata: scarpe leggere, zainetto, borraccia.



Girona, i palazzi sul fiume Onyar.



Girona, il Duomo di Santa Maria



Museo del Duomo: Arazzo della Creazione



Santuario della Madonna di Rocacorba d'Oro