



# CLUB ALPINO ITALIANO

*Sezione di Bologna "M. Fantin"*

- Commissione Escursionismo -

Via dei Fornaciai n. 25/A  
40129 Bologna  
Telefono e Fax: 051/234856  
[www.caibo.it](http://www.caibo.it) [segreteria@caibo.it](mailto:segreteria@caibo.it)



**Dal 18 al 26 settembre 2026**

## **Trekking SELVAGGIO BLU E FERRATA PLUMMARE Sardegna**

### **Programma:**

19 settembre giorno d'arrivo al Rifugio Golgo, Breafing - cena tipica – pernottamento in rifugio

l'arrivo si intende con i propri mezzi.

1° giorno 20 settembre PEDRA LONGA – GENNIRCO, difficoltà E dsl. + 800mt. - 200mt. tempo percorrenza 5 ore c/a. Cena e pernottamento tenda.

2° giorno 21 settembre GENNIRCO – PORTO CUAU/ PORTO PEDROSU, difficoltà EE dsl. +800mt. - 200mt. Tempo percorrenza 6 ore c/a. Cena e pernottamento in tenda.

3° giorno 22 settembre PORTO CUAU/PORTO PEDROSU – SU TASARU, difficoltà EEA dsl. + 1000 mt. -500mt. Tempo percorrenza 8ore c/a. Cena e pernottamento in tenda.

4° giorno 23 settembre SU TASARU/BACU SU PANDENTE, difficoltà EEA dsl. +600 mt. - 700 mt. Tempo percorrenza 8 ore c/a. Cena e pernottamento in tenda.

5° giorno 24 settembre BACU SU PANDENTE/ CALA SISINE, difficoltà EEA dsl. + 465 mt. - 650 mt. Tempo percorrenza 6 ore c/a. Rientro al rifugio in gommone meteo permettendo oppure 4x4 cena e pernottamento.

6° giorno 25 settembre FERRATA PLUMMARE difficoltà + 200mt. - 200mt. 5 ore c/a rientro al rifugio cena e pernottamento.

7° giorno 26 settembre colazione e partenza per il rientro.

**ORGANIZZAZIONE:** Ogni mattina saremo raggiunti via mare o via terra al punto posto tappa per la consegna delle colazioni e del pranzo al sacco che comprende acqua.

La mattina si ritirano i bagagli pesanti per camminare leggeri.

I pasti sono a base di prodotti freschi e locali km. 0, variano in funzione della stagionalità. Sono preparati dal personale del ristorante del rifugio.

I menù sono prevalentemente di terra: salumi, formaggi carni. Se siete VEGETARIANI segnalarlo all'organizzazione.

I pernottamenti in rifugio in bungalow sono semplici casette di legno dotate di 2 letti a castello.

**ATTREZZATURA OBBLIGATORIA:** Imbrago, kit da ferrata, casco, tenda, materassino.

Unico borsone capace di contenere tutto il materiale da trasportare MAX 15 KG., zaino giornaliero, sacco a pelo, scarponi possibilmente alti, borraccia o cameo bar da 2lt. Lampada frontale, bicchiere, piatto, posate che consente il risparmio di plastica. Ognuno provvederà alla propria igiene con salviette, carta igienica, asciugamani, ACCENDINO per bruciare la carta igienica.

E' possibile noleggiare tenda, imbrago, kit ferrata, casco materassino previ prenotazione preventiva.

**ATTREZZATURA CONSIGLIATA :** bastoncini da trekking, telo da mare, costume, occhiali da sole, mantellina impermeabile, creme solari, kit. Pronto soccorso repellente per insetti.

#### **IL PACCHETTO COMPRENDE:**

1 trasferimento in fuoristrada dal Rifugio a Pedra Longa

1 trasferimento in gommone da Cala Sisine a S. Maria Navarrese.

1 trasferimento in fuoristrada da S. Maria Navarrese a Rifugio.

1 trasferimento in fuoristrada dal Rifugio a Planu e Murta

1 trasferimento in fuoristrada da Planu e Murta al Rifugio.

6 escursioni guidate.

8 trasporti bagagli pesanti.

7 colazioni di cui 3 al rifugio e 4 nel Supramonte.

7 cene Tipiche di cui 3 al Rifugio e 4 Supramonte.

3 pernottamenti in bungalow al Rifugio.

Parcheggio auto al Rifugio.

**COSTO TOTALE 8 persone o più € 1300 a persona.**

**LA QUOTA NON COMPRENDE** € 30 tassa comune di Baunei,

Viaggio da Bologna a rifugio e ritorno con mezzi propri.

Extra personali e noleggi.

**Partecipanti: si accettano esclusivamente soci CAI; massimo 12 partecipanti in regola con il tesseramento 2026 all'atto del versamento della caparra.**

Per chiarimenti ed/o ulteriori informazioni rivolgersi all'accompagnatore

**Presentazione: 24 Marzo 2026 ore 20,30 aula 2 presso la sede del CAI in via dei Fornaciai, 25/A – BO**

**QUOTA INDIVIDUALE:** Il costo del trekking è stimato in € 1300,00, più la quota diritti segreteria CAI € 15,00

**Iscrizioni:** Le pre-iscrizioni devono essere fatte a partire dal **31 Marzo esclusivamente tramite l'Email al CAI Bologna si raccomanda di indicare: nome, cognome, email, telefono e sezione di appartenenza.**

Non saranno accettate iscrizioni presso la segreteria della Sezione o con altre forme (telefono, messaggi, ecc.).

Le iscrizioni diventeranno definitive solo dopo il versamento della caparra di € 500,00+ € 15 per i diritti di segreteria) da effettuare in contanti o con POS presso la segreteria del CAI oppure con bonifico sul conto: CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI BOLOGNA, via dei Fornaciai, 25/A – 40121S9 - BO

**Iban: IT46U0707202408000000714890 – Emil Banca Credito Cooperativo S.C. Via dell'Arcoveggio, 56/2 – 40127 Bologna (BO)**

Indicando nella causale: Nome del partecipante e caparra trekking Sardegna Selvaggio Blu

Versamento della caparra: il termine del versamento della caparra va dalla data della apertura delle pre-iscrizioni fino al raggiungimento del numero partecipanti.

In caso di rinuncia l'acconto sarà restituito in funzione di quanto rimane dalle prenotazioni fatte e interamente solo se ci saranno sostituiti.

Non saranno in ogni caso resi € 15,00 per i diritti di segreteria.

**Abbigliamento:** è assolutamente indispensabile indossare indumenti idonei e calzare scarponi idonei ad un trekking di Media/Alta Montagna. Verificare che gli scarponi non siano troppo datati e controllare bene le solesole.

Per il pernottamento portare: sacco lenzuolo, asciugamano e ciabatte.

**Viaggio:** la sera dell'incontro si illustreranno le possibilità del viaggio ( Auto + nave oppure aereo + transfer.)

NB. L'accompagnatore e le guide dell'organizzazione si riservano la facoltà di modificare o annullare a loro insindacabile discrezione il trekking o parte dello stesso qualora si verificassero condizioni da mettere a rischio la sicurezza e/o l'incolumità dei partecipanti.

Accompagnatore: Mauro Scalambra “ 333 2745252