

# **PROGRAMMA Trekking & MTB**

Periodo:

tutte le settimane dal 1 Maggio '06 al 30 Giugno '06

- DOMENICA :** Ritrovo S.M. Navarrese nel primo pomeriggio.  
Possibilità di servizio taxi per trasporto dal porto di Olbia.  
Riunione con i componenti del gruppo per definire i dettagli e la logistica della settimana e preparazione materiale.
- LUNEDI' :** Prima tappa del trekking .  
Percorso : Pedra Longa/ Cuile Despiggus  
Dislivello : 650m  
Sviluppo : 4 Km circa  
Tempo indicativo: 4 ore  
Difficoltà : E  
Allestimento del campo e pernottamento presso il cuile,  
Possibile escursione aggiuntiva alla punta Giradili.
- MARTEDI' :** Seconda tappa del trekking .  
Percorso : Cuile Despiggus / Porto Quau  
Dislivello : 300m  
Sviluppo : 7 Km circa  
Tempo indicativo: 6 ore  
Difficoltà : EE  
Allestimento del campo e pernottamento presso la cala di Porto Quau
- MERCOLEDI' :** Terza tappa del trekking .  
Percorso : Porto Quau / Cala Goloritzè / Agriturismo "Golgo"  
Dislivello : 850m  
Sviluppo : 10 Km circa  
Tempo indicativo: 9 ore  
Difficoltà : EE  
Cena e pernottamento presso agriturismo "Golgo"

**GIOVEDI' :** Prima tappa MTB .  
Percorso : Agriturismo "Golgo" / Cala Sisine  
Dislivello Pos : 0m  
Dislivello Neg: 600m  
Sviluppo : 15 Km circa  
Tempo indicativo: 2 ore  
Difficoltà : MC  
Allestimento del campo e pernottamento presso Cala Sisine

**VENERDI' :** Seconda tappa MTB .  
Percorso : Cala Sisine / Passo Genna Silana / Dorgali  
Dislivello Pos : 1000m  
Dislivello Neg: 600m  
Sviluppo : 50 Km circa  
Tempo indicativo: 6 ore  
Difficoltà : BC  
Cena tipica e pernottamento a Dorgali

**SABATO :** Terza tappa MTB .  
Percorso : Dorgali / Genna Silana /Cala Luna  
Dislivello Pos : 1000m  
Dislivello Neg: 1000m  
Sviluppo : 50 Km circa  
Tempo indicativo: 6 ore  
Difficoltà : BC  
Rientro a Cala Gonone in Battello.  
Cena di fine vacanza e pernottamento a Cala Gonone.

**DOMENICA :** Possibilità di servizio taxi per trasporto al porto di Olbia