



[www.amicimontagna.com](http://www.amicimontagna.com)

**40** AMICI DELLA MONTAGNA CAMAIORE 1972 · 2012

# Viaggio del 40°

L'Associazione Amici della Montagna e Planet Trek organizzano:

## TREKKING SULLE MONTAGNE DEGLI DEI

L Associazione Amici della Montagna di Camaiore e Planet Trek organizzano:

*Viaggio del 40° Anniversario dell Associazione Amici della Montagna*

## **V iaggiare e conoscere TREKKING SULLE MONTAGNE DEGLI DEI**

*STORIA, CULTURA, NATURA*

Bulgaria & Grecia -D al Monte Rila e Pirin al Monte Olimpo e le Meteore

Dal 14. 07.2012 al 27. 07.2012

UN VIAGGIO NEL PASSATO E NEL PRESENTE DEI DUE PAESI BALCANICI

**1° GIORNO:** Un aereo di linea ci porta dall’aeroporto di Milano all’aeroporto di Sofia - la capitale della Bulgaria.

Da qui inizier il nostro viaggio pieno di avventura,cultura e ricco d incantevoli paesaggi e di natura incontaminata.

Ci trasferiamo in pullman verso la località Borovrtz - 1300 m., situata ai piedi della montagna più alta della Bulgaria e dei Balcani – Pizzo Mussala - 2925 m. Un alberghetto ci ospita per la cena e il pernottamento.

**2° GIORNO:** Partiamo per l’ascensione al Pizzo Mussala - 2925 m. (il punto più alto dei Balcani). Per facilitare la lunga salita usufruiremo di un impianto di risalita che ci porterà mille metri più in alto del villaggio Borovetz fino al Rif. Jastrebetz - 2300 m. Mancheranno solo ca.600m.di dislivello in salita per arrivare in cima.Intorno a mezzogiorno siamo sulla vetta più alta della Penisola Balcanica.Dopo breve pausa scendiamo verso Borovetz, usufruendo ancora del servizio della cabinovia in discesa. Nell’ arco della giornata la guida ci racconterà un po’ di storia della Bulgaria. Pernottamento e cena nell’albergo.

**3° GIORNO:** Oggi entriamo in una delle più belle vallate della montagna – la Valle di Maliovitza e da un’ altitudine di – 1700 m. prendiamo il sentiero che ci porta verso l’omonima cima alta 2775 m.

Arrivati al lago di Elena, la guida ci racconterà la leggenda del lago e delle cime che ci circondano.

Giunti sulla vetta di Maliovitza, rimaniamo con il fiato sospeso dal bellissimo panorama che si apre intorno a noi. In lontananza si intravede la catena del Monte Pirin -> a nostra prossima meta.

Scendiamo sul versante opposto rispetto alla salita e in serata arriviamo al Monastero di Rila.

Qui ci aspetta il nostro pullmino che ci porterà in un piccolo villaggio di casette di legno situato a pochi chilometri dal monastero e ci fermiamo per cena e perneottamento.

**4° GIORNO:** Questa giornata ce la prendiamo con calma. Andiamo a visitare il Monastero di Rila (il più grande e il più

importante monastero cristiano ortodosso in Bulgaria).

Entriamo nel cortile per visitare la chiesa e rimanere incantati davanti ai bellissimi affreschi che raffigurano scene religiose dipinte nel periodo della rinascenza bulgara.

Verso mezzogiorno partiamo per la città di Bansko (la roccaforte della rinascenza) e ci sistemiamo per il pernottamento in un accogliente alberghetto. Il tempo di una doccia e usciamo per visitare la pittoresca cittadina di Bansko, che con il suo vecchio quartiere e la sua chiesa ci fa sentire un’indimenticabile atmosfera della vita, delle sommosse popolari e della cultura bulgara dei secoli passati. La cena si terrà in un locale tipico “Bariakova Mehana” dove assaggeremo i piatti tipici e gustosi della cucina locale.

La serata sar animata da musica dal vivo e canti tradizionali.

**5° GIORNO:** Presto in mattinata il nostro pullmino ci porterà per ca. 30 km. nella “Valle di Stapalata”. Partiamo dal rifugio per fare la famosa traversata del “Cavallino”,passando sulla cresta centrale del Monte Pirin composta da roccia di marmo. Superando la cima di Kutelo - 2908 m. e raggiungendo la vetta più alta della montagna – “Vihren - 2914 m.” (nominata dagli antichi Traci “Il castello del Dio Perun”).

Una ripida discesa ci porta al rif.Vihren,dove ci aspetta il nostro pullmino per riportarci in alberghetto a Bansko.

Cena e pernottamento.

**6° GIORNO:** Partiamo dal Rif. Vihren, dove siamo arrivati con il nostro mezzo di trasporto in mattinata. Saliamo nella vallata di Banderitza per raggiungere il piccolo rifugetto “Tevno Esero”- 2500 m. La tappa è abbastanza lunga e impegnativa perchè una volta giunti sulla cresta centrale della montagna andiamo su e giù, salendo e scendendo numerose cime che si innalzano sopra i 2500 m. Durante il percorso la guida ci racconta le leggende dalle quali provengono i nomi delle montagne che vediamo intorno a noi e ci godiamo la vista degli incantevoli paesaggi verso le valli modellate dai grandi ghiacciai, che dopo il loro ritiro hanno creato numerosi laghetti.

**7° GIORNO:** Oggi si scende. Dal piccolo rifugetto saliamo però per poche decine di minuti al passo“Kralevdvor”.

Scendendo, abbandoniamo le cime rocciose e poi i pascoli alpini per entrare nella fascia boscosa. (Se la giornata è di quelle

giuste, saremo ripagati per la fatica, raccogliendo tantissimi funghi porcini). Scendendo sotto la fascia boscosa, raggiungamo la città di Melnik (antica città, nel passato crocevia di merci, famosa per la sua architettura, storia e i buonissimi vini locali). Sistemazione in un alberghetto con gestione familiare e, com’è giusto che sia, andremo a visitare le cantine e ci dedicheremo alla degustazione dei vini.

**8° GIORNO:** Andiamo via dalla Bulgaria per alcuni giorni. Riprendiamo il viaggio in pullman per trasferirci in Grecia. (Se per alcuni la Grecia rappresenta solo la bellezza del mare,è arrivato il momento di cambiare opinione. La parte interna del Paese Balcanico è altrettanto bella e ricca di natura).

Il nostro pullmino ci porta sempre più a sud sulle coste del Mar Egeo e per concludere la giornata in bellezza ci facciamo un bagno in mare vicino a Litohorò (un villaggio ai piedi del Monte Olimpo). Nel tardo pomeriggio torniamo in albergo e dato che siamo al mare, ceniamo a base di pesce.

**9° GIORNO:** Da Litohorò il nostro mezzo ci aiuterà ancora per un po’ fino a poco prima del Rif. Prionià. 1100 m.

Ci aspetta una salita a piedi di ca. 3 ore, per arrivare al Rif. Spillos Agapitos - 2100 m. Dopo la cena facciamo una bella dormita all’accogliente rifugio, sotto la cima di Mitikas (il castello del Dio Zeus).

**10° GIORNO:** Oggi mentalmente ci trasferiamo nella mitologia greca, sperando di trovare Dio Zeus di buon umore, che ci permetta una splendida veduta dalla cima Mitikas - 2918 m. verso il Mare e la penisola di Halkadiki (La sede della chiesa cristiano ortodossa). Per maggiore sicurezza durante gli ultimi metri di salita ci leghiamo in cordata.

In discesa dalla cima all inizio prendiamo la strada di salita e dopo un p giriammo a sinistra per attraversare sotto le cime di Mitikas e Stefani e raggiungere il Rif. Kakalos. Cos la nostra visita della montagna sar completa.

Ci fermiamo al rifugio per la cena e il pernottamento, sperando d’assistere a un bel tramonto sulle cime dell’Olimpo.

**11° GIORNO:** Dal rifugio scendiamo per 3-4 ore a piedi e raggiungiamo la strada asfaltata. Riprendiamo il nostro viaggio in pullmino fino alla piccola cittadina di Kalambaka, situata sotto le pareti rocciose delle Meteore.

La comodità di un bel alberghetto con gestione familiare, ottime grigliate di carne e buon vino, ci farà dimenticare la stanchezza accumulatasi nelle giornate di trekking in montagna.

**12° GIORNO:** Dedichiamo tutta la giornata alle visite dei famosi monasteri di Meteorà, un pò aiutati dal nostro mezzo di trasporto, un pò andando a piedi sù e giù per i sentieri che collegano le guglie rocciose con i monasteri costruiti in cima. Dopo aver riempito le pellicole o le schede delle macchine fotografiche, rientriamo in albergo per goderci un meritato riposo.

**13° GIORNO:** Partiamo presto per ritornare verso la Bulgaria e nel pomeriggio ci sistemiamo in un albergo immerso nel verde e situato nella periferia della capitale bulgara: Sofia. Ci affrettiamo per visitare la città e torniamo in alberghetto per la cena.

**14° GIORNO:** Dedichiamo le ore prima della partenza per l’Italia per completare la visita della città di Sofia e allo shopping nei bazar d’artigianato. Verso mezzogiorno ci imbarchiamo sull’un aereo di linea per rientrare a casa.

- Pre visitare la Bulgaria dopo il 01.01.2007 è necessario avere solo la carta d’identità
- Per motivi tecnici organizzativi il programma può subire variazioni

**Il costo del programma include:**

- Viaggio in aereo Milano - Sofia - Milano in classe economy
- Mezza pensione negli alberghi in Bulgaria e in Grecia
- Mezza pensione nei rifugi durante il trekking
- Il biglietto di andata e ritorno con la cabinovia a Borovetz
- Tutti i trasferimenti in pullman o pullmino al seguito, previsti nel programma
- Polizza assicurativa per l’assistenza medica, recupero e ricovero in ospedale
- Accompagnamento di Guida Alpina Italiana di madre lingua bulgara e conoscenza della lingua greca

**Attrezzatura:**

- Scarponcini da trekking comodi
- Pantavento e giacca a vento
- Sacco lenzuolo
- Zaino da 30 - 50 litri
- Un paio di guanti leggeri
- Imbragatura, cordino e due moschettoni a ghiera
- Pila frontale o normale
- Ombrello o mantella
- Crema protettiva
- Occhiali da sole
- Berretto, fascetta e foulard
- Sacca per il viaggio

**Per maggiori informazioni:**

Ugo Nardelli - tel. 339 8569662 - email: ugo.nardelli@gmail.com

Preiscrizione non impegnativa dal 12/1/2012

Iscrizione con acconto di € 600 entro 1/4/2012