

Editorial

Não há palavras para descrever a viagem ao Nepal!

O sonho tornou-se realidade, conseguimos subir ao Island Peak, fomos ao Gokyo Ri, ao Kala Patthar, ao acampamento base do Everest. Foi um êxito absoluto! O colectivo do CAAL está de parabéns. No ano do XX Aniversário, 25 de nós já foram aos Himalaias. Em Novembro exortamos mais e mais companheiros a participar!

Por cá, a vida continua. A grande viagem do Grupo de Escalada às Baleares, as 'Memórias' do CAAL, o Alentejo e as Beiras, os Cursos de Alpinismo e de Escalada, Espanha... Excelentes actividades que continuam a entusiasmar os participantes.

Resumo

30 de Abril	Sábado	Rotas de Cister – S. Bento de Avis
7 e 8 de Maio	Sábado e Domingo	Vougando Rio Abaixo
14 de Maio	Sábado	Terras de Mora II
15 de Maio	Domingo	'Memórias do CAAL' - Parque Florestal de Monsanto
21 e 22 de Maio	Sábado e Domingo	Lorvão
24 a 29 de Maio	Terça a Domingo	El Teide - Tenerife – Ilhas Canárias
26 a 29 de Maio	Quinta a Domingo	Actividade da Primavera - Escalada em Espiel
4 de Junho	Sábado	O Homem no Alentejo
18 a 25 de Setembro	1 semana	À Descoberta da Holanda

Rotas de Cister S. Bento de Avis 30 de Abril - Sábado - 1/2 botas

Entre os braços do Maranhão

Autocarro 19,80 € / Men. 21 anos 10,00 €

Viatura própria 12,00 € / Men. 21 anos 6,00 €

O Alentejo é belo na Primavera. Que melhor maneira de celebrar uma paisagem única no mundo que com uma caminhada fácil pelo montado, com oportunidade de deliciar-nos com o verdadeiro espelho de água que nos oferece o Maranhão?

O Maranhão é um dos mais tranquilos lagos artificiais portugueses; ao atravessar a barragem, goze-se a bonita paisagem que a rodeia, com um verde pouco comum na paisagem alentejana e as falésias do lado esquerdo que parecem verdadeiras catedrais de pedra. Nos montes que a rodeiam dominam os eucaliptos e pinheiros e, mais para norte predominam as planícies salpicadas de verde onde sobressai o branco típico dos montes alentejanos. À distância, Avis impõe-se do alto da sua colina, protegida pelas suas torres e muralhas.

Rodeada por um cenário de grande beleza natural, Avis tem a marca da história ao ser a sede de uma das ordens militares mais preponderantes no nosso país. Este é o pretexto para realizarmos a quarta actividade subordinada ao tema "Rotas de Cister".

A Ordem de Avis tem a sua origem numa milícia de cavaleiros criada após 1166 por D. Afonso Henriques, para protecção da

recém-conquistada Évora. Até 1187 segue a Regra de S. Bento, mas com a criação oficial onde lhe são atribuídas as regras e a constituição da Ordem de Calatrava passa a seguir a observância religiosa de Cister. A sua ligação a Avis data de 1211 quando D. Afonso II doa o povoado ao mestre da até então denominada Milícia de Évora; constrói-se então o convento e fortifica-se a vila e a milícia passa a denominar-se de Ordem Militar de Avis. Ordem que está sobretudo ligada ao frademeestre que se tornou o fundador da segunda dinastia, D. João I, sendo assimilada pela casa real.

Ainda há dois séculos elogiava-se a vila como "*abundantíssima de pão e azeite, com muitos e admiráveis legumes, sumamente abundante de caça e gados, existindo muitas colmeias e montados, e as ribeiras ricas em barbos, bogas, bordalos e pardelhas*".

Características do percurso: Percurso pedestre com cerca de 15 km, com início na capela da S^a d'Entre Águas. Enquadrada numa paisagem magnífica, junto a um autêntico espelho de água, ocupa um antigo espaço sagrado dedicado ao culto das águas pois situa-se na antiga confluência das ribeiras de Seda e Sarrazola, hoje afluentes do Maranhão. A primeira metade do percurso, até Ervedal, decorrerá num bom estradão por entre típico montado alentejano onde o leve ondulado do terreno e algum património megalítico antecederão uma curiosa réplica da Ponte 25 de Abril.

Após o Ervedal e até ao fim da actividade, o percurso decorre por caminhos de pé posto que bordejam um dos braços do Maranhão, onde almoçaremos e, se o tempo o permitir, nos refrescaremos do calor do caminho. De seguida iremos visitar o centro histórico de Avis que terá de começar pelo que resta do antigo convento, e prosseguirá pelas ruas medievais

decoradas com belas filas de laranjeiras que se enchem de cor e espalham o seu perfume por toda a vila.

Recomendações: Sendo previsível o tempo quente, roupa leve e protector solar. Fanel e toalha de praia.

Cartografia: Folha 382 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Sábado, dia 30, às 7h10 de Algés e às 7h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração na S^a d'Entre Águas em Benavila às 10h00 (na estrada de Avis para Benavila). É imprescindível a inscrição no Clube.

Vougando Rio Abaixo

7 e 8 de Maio - Sábado e Domingo - 2/3 botas

A pé pelas margens do Vouga

Autocarro 58,00 € / **Men. 21 anos** 30,00 €

Viatura própria 35,00 € / **Men. 21 anos** 20,00 €

Vamos continuar o projecto da descida do Rio Vouga. No ano passado começámos na nascente, na Senhora da Lapa, onde o rio surge ora hesitante, ora vigoroso. Vamos agora acompanhá-lo num dos seus troços mais bonitos, com águas bem mais calmas, e centenárias passagens de pedras que ligam as margens onde crescem árvores frondosas.

Sábado, dia 7 - Faremos a ligação entre Ribafeita e Pindelo dos Milagres, num total de cerca de 10 km. Após uma descida acentuada, acompanharemos o rio Vouga até à Central Hidroeléctrica de Ribafeita. Uma paragem para almoçar nas margens do rio (quem quiser pode tomar banho!) e, logo de seguida, começaremos a subida, com uma pequena paragem para café na aldeia de Sobral. O caminho continua a subir no meio de pinhais, por vezes com vistas desafogadas para o vale em que o rio vai correndo, até atingirmos a cumeada. Descemos suavemente para a aldeia de Pindelo dos Milagres, mas antes seremos surpreendidos pelo estranho percurso da ribeira do Soito e por uma casa que carrega com uma enorme fraga!

Domingo, dia 8 - Hoje vamos andar cerca de 18 km. Partimos de Silvares, seguindo ao longo da margem esquerda do rio Vouga. Almoçamos mais uma vez junto do rio e depois, saltitando com toda a leveza, de poldra em poldra, passamos para a outra margem. Na aldeia de Várzea, um cafezinho espera por nós, para preparar o corpo e o espírito para uma vigorosa subida, passando pela Fonte Santa e terminando em Calde. Há possibilidade de neutralização à hora do almoço.

Características dos percursos: Trajectos com piso regular, em caminhos de pé posto e estradões, com acentuados desníveis. Levar almoço para os dois dias.

Alojamento: Pousada de Juventude de S. Pedro do Sul (pequeno almoço incluído no preço).

Cartografia: Folhas 166 e 167 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Sábado, dia 7, às 6h45 de Algés e às 7h00 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração no Sábado, dia 7, às 11h00, junto ao Albergue de Juventude de Viseu. É imprescindível a inscrição no Clube.

Terras de Mora II

14 de Maio - Sábado - 2 botas

Ao longo da Ribeira de Tera, e um salto a Brotas

Autocarro 19,50 € / **Men. 21 anos** 10,00 €

Viatura própria 12,50 € / **Men. 21 anos** 8,00 €

Continuamos na descoberta das terras de Mora, região do Alto Alentejo em zona de transição com o Ribatejo. Começaremos, desta vez, na vila de Pavia, terra de Património, onde visitaremos a Casa-Museu Manuel Ribeiro de Pavia, a Anta-capela de S. Dinis (Monumento Nacional), e a Igreja Matriz de S. Paulo (Monumento Nacional), não deixando de passar pela casa onde viveu Fernando Namora e onde acabou de escrever o seu livro "O Trigo e o Joio".

Saindo da vila de Pavia, iniciaremos o percurso em direcção à Ribeira de Tera, ao longo da qual admiraremos as belezas e dádivas da Natureza, e almoçaremos à beira de água, ouvindo o chilrear dos pássaros e saboreando a calma das paisagens alentejanas. Quando a Ribeira de Tera se une à Ribeira de Seda para dar origem à formação de Raia, estaremos em Cabeção, terra de Tradições.

Aqui visitaremos a Misericórdia em pleno restauro e o Teatro, estilo Arte Nova, em recuperação.

Voltando ao autocarro iremos a Brotas, terra de Romarias, onde enfrentaremos a Torre das Águias; após curta caminhada descenderemos ao centro da Vila, lugar de romaria, e visitaremos a Igreja de N. Sra. das Brotas também Monumento Nacional.

Regressaremos então a Cabeção onde nos aguarda uma boa surpresa!

Características do percurso: Cerca de 12 km, incluindo percursos urbanos (Pavia, Cabeção e Brotas), e percurso rural bastante acidentado e pedregoso; aconselha-se o uso de botas. Convém ir preparado para sol intenso... e para a chuva, se o S. Pedro nos pregar a partida. Levar fanel.

Cartografia: Folhas 395 e 409 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Às 7h10 de Algés e às 7h25 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração às 9h00 no centro de Pavia, no Largo junto à Anta. Imprescindível a inscrição no Clube.

'Memórias do CAAL'

Parque Florestal de Monsanto

15 de Maio - Domingo - 1 bota

...pela envolvente da 'nossa casa'

O CAAL cresceu com Monsanto, foi aqui que as botas de muitos de nós começaram a "crescer", é a serra que mais revisitamos... desde **Janeiro de 1991** - data da **1ª actividade em Monsanto!**

É pois justo que uma das 'memórias' seja festejada aqui. E como?

Com uma jornada mais alargada do que o costume, com uma merenda-almoço, que cada um trará na sua mochila, para ser partilhada entre todos no parque do Calhau e com uma visita à sede do Clube e respectivo Porto d'Honra.

Discreta, mas sentidamente, lembraremos todos aqueles que

ao longo dos últimos 70 anos contribuíram para que a serra de Monsanto seja um Parque Florestal, autêntico pulmão da nossa capital e o maior 'jardim' das nossas casas. Seja... e continue a ser!

Local de concentração: Cruz das Oliveiras, junto aos bombeiros. Início às 9h30 e final no mesmo local pelas 16h00.

Inscrição: Gratuita no local. Não esquecer a merenda.

Lorvão

21 e 22 de Maio – Sábado e Domingo – 2 botas

Com moleiros e seus burros em terras de Lorvão

Autocarro 64,50 € / Men. 21 anos 49,00 €

Viatura própria 55,00 € / Men. 21 anos 35,00 €

A 10 km de Coimbra uma pequena freguesia, Lorvão, tem vindo a firmar e promover uma identidade própria, marcada pela serra onde se distribuem as suas 8 povoações. A história começa quando crianças das várias escolas da freguesia pesquisaram sobre as tradições e os costumes da terra. Entrevistaram pessoas, visitaram as ribeiras, recolheram mezinhas e encontraram-se para partilhar o saber produzido. Os idosos transformaram-se em autênticos manuais de estudo, fontes de vida e sabedoria. Com eles, os jovens recuperam ainda moinhos de vento, azenhas e o forno comunitário. A moagem tradicional foi assim revalorizada, e redescobertos os seus protagonistas, hoje reformados ou com outras profissões. Pela mão das crianças, o ciclo da farinha e os caminhos da serra puderam ser descobertos por outras crianças, vindas das escolas urbanas de Coimbra. Daí a pensar-se que outros públicos, por ventura mais crescidos, teriam prazer em trilhar estas paisagens foi apenas um passo.

O passeio que propomos corresponde ao alargamento deste projecto, a uma descoberta de caminhos de moleiros, guiados pelos próprios que se encarregarão de recheiar a caminhada com histórias e canções do tempo em que a farinha era artesanal. Partindo de Aveleira, a aldeia mais alta do concelho de Penacova, iremos caminhar com moleiros e seus burros pelos candais de regadeira que levam à ribeira onde se encontram as azenhas e os moinhos de vento. A neutralização é possível. Terminaremos com uma visita ao Mosteiro cisterciano de Lorvão e um jantar tradicional organizado por uma associação local, com chanfana e broa cozida no forno comunitário. No segundo dia, passeio matinal pela serra da Atalhada, para depois descer o rio Mondego em barca tradicional, se chover e houver água, ou em canoas (cerca de 16 km).

Características dos percursos: Trilhos e caminhos rurais acessíveis, com alguns declives. Para Domingo não esquecer roupa e calçado para descer o rio. Levar almoço para os dois dias.

Alojamento: Parque de Campismo Municipal de Penacova. Para alojamento alternativo existem, entre outros, o Hotel Palacete do Mondego (telef. 239470700), a Casa de Repouso (telef. 239477137) e a Casa das Oliveiras (telef. 239478624).

Cartografia: Folhas 230 e 231 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Sábado, dia 21, às 7h10 de Algés e às 7h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração no Largo da aldeia de Aveleira, às 10h30 de Sábado. Imprescindível a inscrição no Clube.

O preço inclui o jantar tradicional, a descida em canoa, o parque de campismo, os moleiros e seus burros, guias e todas as surpresas...

O Homem no Alentejo

4 de Junho – Sábado - 2 botas

A barragem de Sta Clara e o Castro da Cola

Autocarro 29,00 € / Men. 21 anos 13,00 €

Viatura própria 16,00 € / Men. 21 anos 8,00 €

Que o Alentejo tem muitas coisas para nos mostrar já sabíamos de todas as actividades que por ali temos feito.

Desta vez iremos conhecer um pouco melhor esta parte do concelho de Ourique. Para isso dividiremos o dia em duas partes: a cultural, para descobrirmos outros povos e outras civilizações, e a campestre, onde tomaremos contacto com um Alentejo diferente, sem planícies nem searas, mas sempre belo. Começaremos por ter, da parte da manhã, uma visita guiada a vários sítios do Circuito Arqueológico do Castro da Cola, recuando até ao 3º milénio A.C. Iremos conhecer povoados, necrópoles, monumentos funerários e tholos, terminando no Castro da Cola, onde almoçaremos. Levar farnel. Da parte da tarde faremos um belo percurso, um pouco desnivelado, com vistas maravilhosas e bastantes sombras, bordejando a albufeira da Barragem de Sta Clara até à Ponte do Salvador, onde terminaremos.

Quem quiser poderá então testar a frescura das águas alentejanas com um banho retemperador (fato de banho e toalha). O percurso da tarde terá cerca de 12 km em piso desnivelado, aconselhando-se o uso de botas e de calças (por causa da vegetação). Não há hipótese de reabastecimento de água após a hora do almoço.

Cartografia: Folhas 562 e 563 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Às 6h45 de Algés e às 7h00 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração às 9h15 h na Ponte do Salvador; a cerca de 11 km de Santana da Serra, para quem entra vindo da ICI (sentido N-S), devendo apanhar a estrada que vai de Santana da Serra para Corte Malhão. É imprescindível a inscrição no Clube.

PRÓXIMAS ACTIVIDADES

10 a 13 de Junho - Sexta a Segunda - Vale do Jerte (vale das cerejas)

18 de Junho - Sábado - Marcha dos Parques Naturais

19 de Junho - Domingo - Mafra

24 a 26 de Junho - Sexta a Domingo - Por terras de Alafum II

26 de Junho - Domingo - Parque Florestal de Monsanto

ATENÇÃO - Marcar na Agenda

'Memórias do CAAL'

Pirinéus, em Agosto de 2005

Os Vales de Ordesa e de Piñeta, o Monte Perdido, o Cañon de Aniscló, Torla e Ainsa.

A não perder, e a marcar na agenda: de **Sexta, dia 12, a Domingo, 21 de Agosto.**

NEPAL – Novembro 2005

Foi um grande êxito a nossa actividade do Nepal!

17 dias seguidos levaram-nos aos Vales de Gokyo e do Khumbu, e ao cimo do Island Peak (6189m), em caminhadas fantásticas onde cada curva, cada passo, escondiam uma paisagem ainda mais bela. A cuidada preparação da actividade, assegurada pelo Clube, dando toda a atenção aos mais pequenos pormenores, permitiu uma completa aclimação de todos os participantes, o que se traduziu no cumprimento dos objectivos: O Island Peak foi atingido por 4 elementos (o João adoeceu), numa ascensão autónoma do nosso Clube! E no trekking, num total de 21 elementos, 20 atingiram o acampamento base do Everest (5364m), 19 o cimo do Kala Patthar (5550m) e 18 chegaram ao Gokyo Ri (5357m).

Estamos determinados, dando resposta às muitas solicitações, a repetir a actividade em Novembro!

Embora ainda dependentes de pormenores quanto aos voos para Kathmandu, tomem nota nas vossas agendas: data prevista de saída de Lisboa 02 de Novembro e regresso a 26 de Novembro.

Estas são as datas que se espera possam garantir melhores condições climáticas.

CRÓNICA de uma viagem – NEPAL

Pedro Virgílio de Almeida

20 Março - Partida de Lisboa para a aventura. Aquele nervoso miudinho da antecipação das sensações que virão aumenta durante a viagem que parece uma eternidade. Escala de 5 horas em Amesterdão e escala nos emiratos árabes.

21 Março - Finalmente Kathmandu! Uma volta rápida pela cidade, à noite, para sentir o lugar. Soube a pouco, muita coisa fechada, vamos dormir porque amanhã é que é mesmo a grande partida para Lukla.

22 Março - Chuva! Começa mal a manhã. Logo o burburinho sobre não conseguirmos chegar a Lukla por causa do mau tempo. Mas afinal tudo corre bem, depois de muito apalpação (questões de segurança) até entrarmos na avioneta..., 30 minutos aterradores, muita adrenalina, a maneira como a avioneta dança no ar é muito pouco tranquilizante. Só melhora a sensação quando se começam a ver os Himalaias brancos à nossa esquerda, aí a memória do que nos leva ali volta ao de cima e atenua o medo. Mas dura pouco, ao avistarmos a pista de Lukla, a dor no estômago ataca outra vez! É muito difícil acreditar q alguma coisa aterre ali! Mas, tudo corre bem, e Lukla finalmente!

23 Março - 'Parabéns a você'Hugo e Miguel logo no pequeno-almoço em Pakhding.... Caminhada até Namché Bazar (3400m)..... primeiro grande teste ao pessoal....ao longo do rio com muitas pontes suspensas....Tínhamos passado no teste, o guia Tandy, dizia-nos que esta tinha sido a subida mais íngreme e difícil do percurso todo, daqui para a frente só o problema da altitude seria obstáculo, não o tipo de terreno. Não era bem assim, como viemos a descobrir...

Namché é a cidade capital dos sherpas a meia encosta na montanha, cheia de lojas com todo o tipo de material para trekking e recuerdos típicos. Até Internet tem, o q deu muito jeito para comunicar com Lisboa.

24 Março - De manhã passeio de aclimação. Uma ida a um mosteiro numa aldeia vizinha, Thamo. Chegados ao convento tudo me pareceu muito escuro por dentro, pouca luz. É um contraste curioso, porque por fora as casas são muito coloridas, nas paredes, pormenores das janelas, cortininhas penduradas dos telhados. Vêem-se bandeiras de oração por tudo quanto é lado, com cores garridas a baloiçar ao vento.

A neve começou a cair com muita força durante o caminho de

vinda e agora à volta estava mesmo muito forte.... A paisagem transformou-se. Parecia que tínhamos feito o caminho em estações diferentes, para lá na Primavera, para cá no Inverno. Após o almoço, o plano de subirmos ao museu sherpa saiu muito furado, o nevão estava tão forte q ninguém quis sair de casa.

25 Março - Separação do grupo. A malta da subida ao Island Peak despediu-se de nós na parte de cima de Namché, já no heliporto da base militar e lugar do tal museu sherpa. Não sem antes termos todos visto o Everest. Enfim o dia acordou cheio de sol e pudemos então ver o gigante pela primeira vez desde q chegámos ao Nepal! Gigante mas não muito, ainda estávamos a uma boa distância e o q se via era um pico lá ao fundo por trás de uma data de montanhas e picos mais próximos. De qualquer das maneiras deu para sentir o friozinho na espinha da emoção de ver a montanha mais alta do planeta! Ali ao vivo! Sem ser através da habitual televisão.

(continua)

Versão integral em www.clubearlivre.org

Quota anual (2005)

A quota anual (2005)- 26 euros - está a pagamento! Regulariza a tua situação junto do Secretariado do Clube.

GDAMO - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE MONTANHA

A **próxima reunião** do Grupo de Montanha vai realizar-se no dia **17 de Maio** para preparação da Actividade da Serra Nevada (Rota dos 3000 metros) que se realiza de 26 a 29 de Maio (4 piolets). Nesta reunião vai preparar-se também a descida do Mondego em canoa no dia 2 de Julho de 2005.

GDAO - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE ORIENTAÇÃO

A próxima reunião do Grupo de Orientação que, como sempre, é aberta a todos os sócios, vai realizar-se no dia **19 de Maio, Quinta, às 21h30**, para preparar a próxima actividade. Não faltes!

GDAE - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE ESCALADA

Os cursos de Iniciação e Avançado de Escalada têm início dia **4 de Maio, Quarta**, na sede do CAAL.

— **Iniciação às 19h30**

— **Avançado às 21h30**

CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL DE AMBIENTE

Presidente: José Augusto Veloso

Centro Associativo do Calhau - Sítio do Calhau
Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa
NIB 0035 0216 000473 76 630 29

Conta 0216 0473 76 630 – CGD Cascais

Tel.: 21. 778 83 72 TM: 96 .629 52 60 Fax: 21. 778 83 67

email: caal@mail.telepac.pt site: <http://www.clubearlivre.org>

Horário de expediente 3ª, 4ª e 5ª feira das 14h30 às 19h00



Ar Livre Informação

À descoberta da Holanda

18 a 25 de Setembro de 2005 - 1 / 2 botas

Em 2005 a assembleia anual da Federação Europeia de Pedestrianismo (ERA) será organizada pela filiada holandesa Stichting Wandelplatform-LAW, na cidade de Elspeet.

Como é tradição, nos dias imediatamente anteriores o anfitrião organiza a **Semana Europeia do Pedestrianismo**, um programa de percursos pedestres e visitas turísticas para forasteiros, por norma bastante apetecível, dado decorrer fora de uma lógica comercial e contar com a existência de apoios oficiais que possibilitam uma relação preço/qualidade muito favorável. Tendo sido já uma vez responsável pela sua organização, o CAAL associa-se agora na qualidade de participante a este importante evento, o qual este ano possui um programa acessível a todos – ou não estivéssemos a falar dos Países Baixos... - marcado por uma forte componente cultural e uma clara aposta em padrões de conforto acima da média.

Desafiamos assim os nossos sócios a partir à descoberta das mais belas paragens de um país situado fora das rotas habituais do turismo pedestre. Exploraremos os parques nacionais de Kennemerduinen – famoso pela extensão das suas dunas – e da Hoge Veluwe – com as suas chameças e velhas florestas. Faremos um percurso de barco no parque natural de Wieden, a maior zona húmida do noroeste da Europa. Atravessaremos o célebre dique de Usselmeer para conhecer a Frísia, província marcada por uma história muito rica, da qual se encontram amplos testemunhos no esplendor das suas bem conservadas vilas, cujas esplanadas, lojecas simpáticas, museus e demais curiosidades propiciam uma estadia agradável.

Se Deus fez ou não o mundo será tema eventual de debate, mas certo é que os holandeses fizeram a Holanda! Deste modo qualquer viagem a este país passa também por conhecer um pouco da secular luta entre este povo e as águas do Atlântico e o modo como, não sem dramas, transformaram muito do antigo Zuidersee em terra firme. E como seria uma viagem à Holanda sem uma visita à sua capital? Um passeio de barco pelos canais de Amsterdão - a Veneza do Norte – proporcionará a ocasião de admirar as suas magníficas mansões, representativas da arquitectura dos séculos XVII e XVIII, não podendo também faltar a visita ao(s) museu(s) de pintura da cidade, de fama mundial.

Sendo esta viagem uma organização holandesa convém deixar claro à partida que a capacidade da organização do CAAL para gerir os pequenos detalhes do dia a dia será obviamente limitada. Sabemos porém que a dedicação e vontade de bem receber dos voluntários locais sempre caracterizaram esta iniciativa - tradição que de resto o nosso Clube tão bem soube honrar nos idos de 1995; que a componente logística do programa está confiada a um operador profissional de primeiro plano, utilizando unidades hoteleiras de qualidade, e que o facto de as caminhadas terem lugar em convívio com praticantes locais e forasteiros de diversa origem confere sempre um cunho muito peculiar a esta actividade.

Tradicional é também o facto de, na última noite, caminheiros e delegados à assembleia magna da ERA participarem em conjunto num banquete de clausura e no respectivo evento social associado (os quais desta vez serão flutuantes, no rio Reno!).

Para enriquecer o programa o CAAL assegurou ainda a realização exclusiva de duas excursões visando algumas das atracções turísticas ditas "obrigatórias" do país, a realizar no primeiro e último dias da viagem.

PROGRAMA

Domingo, 18 de Setembro - Partida matinal para Amsterdão. Recepção no aeroporto e transfer para o hotel em Naarden. Almoço. Saída em autocarro para visitas a Delft (terra de afamada louça pintada a cor azul), e Roterdão (incluindo a clássica subida ao Euromast, uma das edificações mais altas da Europa). Regresso ao hotel e briefing com a organização da Stichting Platform – LAW. Jantar e alojamento.

Segunda, 19 - Saída em autocarro para o Parque Nacional de Kennemerduinen. Percurso pedestre circular de 8 km ou de 12-15 km. Regresso ao hotel, jantar e alojamento.

Terça, 20 - Saída de autocarro para Amsterdão. Breve visita guiada à cidade, seguida de passeio de barco pelos seus canais (1 hora). Almoço. Visita ao Museu Real (Rijksmuseum). Tempo livre na cidade. Jantar no restaurante Haesje Claes ou equivalente. Regresso ao hotel e alojamento.

Quarta, 21 - Saída de autocarro para Marken, via Schellingwouderbrug e Durgerdam. Visita de Marken com percurso pedestre na antiga ilha (6 km). De tarde continuação para Enkhuisen. Visita do museu do Zuiderzee (museu ao ar livre - aprox. 2h). Passagem para a Frísia, pelo dique de Usselmeer – breve paragem no monumento. Chegada ao hotel em Heerenveen ou em Joure. Jantar e alojamento.

Quinta, 22 - Percurso em autocarro ao longo da margem do Usselmeer com visita em Workum ao Museu Jopie Huisman, notável pintor picaresco contemporâneo de enorme humanidade, que sempre recusou vender as suas obras. Percurso pedestre na região de Gasterland (8 km). Regresso ao hotel. Jantar e alojamento.

Sexta, 23 - Saída em autocarro para visita do museu de história regional de Schokland (45min). Percurso pedestre na antiga ilha de Schokland (aprox. 6 km). Visita de Giethoom. Passeio de barco no Parque Natural de Wieden, a maior zona húmida do noroeste da Europa – Giethoom – Blokzijl - Wieden - Weerribben. Continuação em autocarro para o hotel em Nunspeet. Jantar e alojamento.

Sábado, 24 - Saída em autocarro para o Parque Nacional da Hoge Veluwe. Percurso pedestre circular de 8km ou de 12-15 km. Visita do museu Kroller Moller e a S. Hubertus. Regresso ao hotel para tratar do visual. Saída em autocarro para Arnhem, ao encontro dos participantes na assembleia da ERA. Evento social a bordo de um barco navegando nos rios Reno e Ussel até Deventer. Aperitivo, banquete e festa (prever indumentária minimamente compatível). Regresso ao hotel. Alojamento.

Domingo, 25 de Setembro – Saída em autocarro para Maken e Volendam. Visita de uma quinta "tradicional" de produção de queijo flamengo, com a inevitável manufactura de tamancos típicos e os sacrossantos moinhos de vento – o ícone nacional. Almoço. Transfer para o aeroporto e regresso a Portugal. Chegada nocturna a Lisboa.

Preço – 1248 euros

No caso de existir um mínimo de **40 participantes** o Clube assegura desde já um reembolso de **55 euros**. Suplemento para quarto individual – **149 euros**.

O preço inclui: Passagem aérea Lisboa – Amsterdão em voo regular TAP. Autocarro de acordo com o programa. Guia. 7 Noites em quarto duplo com pequeno-almoço em 3 hotéis de qualidade (a saber: 3 noites em hotel **** em Naarden, 2 em hotel *** na Frísia, em Heerenveen ou em Joure, e 2 em hotel **** em Nunspeet). 3 Almoços (1º, 3º e 8º dias). Todos os jantares (nos hotéis e em Amsterdão). 1 Banquete festivo de clausura. Entrada nos parques nacionais, museus e atracções referidas no programa. Passeios de barco em Amsterdão e no leste do país. Enquadramento nas caminhadas por voluntários holandeses.

O preço não inclui: Almoços nos dias de caminhada (providenciado no local o habitual "self-catering picnic"). Bebidas e despesas pessoais.

Plano de pagamentos

Inscrição de 248 euros e 5 prestações mensais no valor de 200 euros cada, mediante entrega de cheques pré-datados no acto de inscrição com as datas de vencimento seguintes – 1 de Junho, 1 de Julho, 1 de Agosto, 1 de Setembro e 1 de Outubro.

Inscrições – Até ao dia 10 de Maio na sede do Clube.

Inscrições limitadas a um **máximo de 50 participantes** e a um **mínimo de 30 participantes**. Devido ao facto de se tratar de uma organização exterior ao Clube, o CAAL não pode garantir disponibilidade de vagas para além da data referida, mesmo no caso de não se ter esgotado a dimensão máxima do grupo.

