

Arlivre Informação



Caminhos do Mediterrâneo

18 a 26 de maio de 2013

Itália Meridional

O que é o Mediterrâneo?

Segundo Achille Braudel, um dos seus mais marcantes historiadores, mil coisas ao mesmo tempo. Não é um mar, mas uma sucessão de mares. Não é uma paisagem, mas inúmeras paisagens. Não é uma civilização, mas uma sobreposição de civilizações amontoadas umas sobre as outras.

Bordejada por três continentes, esta vasta massa de água quase circunscrita, de recorte caprichoso e clima ameno, proporcionou condições geográficas ideais para a formação de uma amálgama complexa de elementos culturais, fluindo de uma costa para outra numa dinâmica permanente, ao ritmo das sucessivas civilizações que nasceram, floresceram e desvaneceram nas suas margens, ou simplesmente nelas deixaram rasto – egípcia, minóica, judaica, fenícia, espartana, grega, etrusca, macedónica, cartaginesa, romana, bizantina, bárbara, cristã, mourisca, árabe, normanda, eslava, otomana,....

A riqueza e importância histórica do respectivo legado patrimonial não conhecem paralelo, quer em termos materiais quer, e talvez sobretudo, na mais subtil esfera do imaterial.

Não faltaram pois argumentos à **Federação Europeia de Pedestrianismo (ERA)** para validar a sua iniciativa de levar a cabo a marcação de um novo trilho de grande distância ao longo deste território, completando dessa forma a sua excelente rede de rotas pedestres transcontinentais (itinerários E). Nem espanta que essa ideia tenha alcançado excepcional eco junto das autoridades políticas envolvidas, o que permitiu reunir meios financeiros nunca antes vistos no nosso desporto (literalmente milhões...), em grande parte provenientes de fundos comunitários.

Nasceu assim, em tempo imbatível, o trilho **E12** – designado por **Arco do Mediterrâneo**. São praticamente 4000km de percurso marcado a ligar a fronteira algero-marroquina à Calábria, percorrendo todo o litoral europeu da metade ocidental do **Mare Nostrum!**

Para celebrar uma façanha desta envergadura e simultaneamente divulgar o novo percurso, a ERA decidiu organizar um **encontro internacional de praticantes** num sector do sul de Itália. Este vai decorrer no final de Maio, de forma a conciliar amenidade climática com época turística baixa.

O CAAL, na sua condição de primeiro sócio português da ERA e frequentador assíduo das suas iniciativas, não podia deixar de se associar a este evento, consciente também que este tipo de actividades, por assentarem no conhecimento do terreno detido pelos voluntários locais e em apoios oficiais robustos, tendem a proporcionar uma relação qualidade/preço aliciente.

Parque Nacional do Cilento (Património da Humanidade)

Situado no litoral do Mar Tirreno, no extremo meridional da Campânia, umas 2 horas a sul de Nápoles, o **Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni** foi criado em 1991 com o propósito de proteger da especulação imobiliária e do turismo industrial uma magnífica e bem preservada parcela da costa italiana, evitando assim que esta tivesse o mesmo destino de uma área vizinha famosa, localizada um pouco mais a norte – a massificada **Costa Amalfitana**.

O reconhecimento do **valor inestimável do seu património natural e cultural** levou a que, em 1998, a UNESCO o inscrevesse como Património Mundial da Humanidade na categoria de paisagem cultural. Abrange hoje um território mais vasto (181.048 hectares; o segundo maior dos parques italianos), que inclui não só a maior parte da costa do Cabo Palinuro e do Golfo de Policastro como também significativos e pouco humanizados montes costeiros dos Apeninos, como o Alburni, o Cervati ou o Gelbinson.

Terra de encontros por excelência – entre a montanha e o mar; o norte e o sul; o ocidente e o oriente – **o Cilento é fruto de uma milenar interacção harmoniosa entre o homem e a natureza**. No seu espaço, cujas referências escritas remontam aos mitos greco-latinos de Eneias ou à morada da sereia Leucosia dos textos de Estrabão, preservam-se notáveis patrimónios construídos, quer por civilizações autóctones (Roccagloriosa), quer por colónias helenicas posteriormente romanizadas, como Poseidonia/Paestum, famosa pelos seus magníficos templos, ou Elea/Velia, berço da filosofia europeia, pátria de Parménides e de Zenão.

Na nossa actividade iremos alternar **percursos pedestres costeiros** ao longo de troços do E12 - num contexto **de falésias calcárias, águas cristalinas, pequenas praias desertas e baixa dificuldade** - com **percursos no interior** predominantemente cársico do parque, **de dificuldade mais variável**, de encontro a algumas das suas principais atracções naturais. Os percursos de autocarro serão por vezes lentos e sinuosos, mas proporcionarão **panoramas grandiosos**.

Uma actividade da ERA

Esta é uma actividade que vai decorrer no âmbito da **ERA** (European Rambler's Association), pelo que podemos contar com o conhecido padrão geral que caracteriza as suas iniciativas.

Para quem não saiba, lembramos que neste contexto **o nosso estatuto é de hóspede, pelo que a organização do CAAL não domina os detalhes do programa e a sua capacidade de intervenção no terreno é limitada**. Logo, o nível da actividade depende em boa parte da hospitalidade encontrada, a qual tanto pode ser magnífica (ex. Holanda 2005) como deixar algo a desejar (ex. Estónia 2007). Neste caso, joga a nosso favor o facto de o anfitrião ser de novo a **FIE** (Federazioni Italiana di Excursionismo), **que tão bem nos acolheu em 2010 na Umbria**.

Note-se ainda que, dadas as características específicas deste encontro, dois dos percursos pedestres não serão tão fáceis como a norma das actividades da ERA. Haverá pois muita **natureza e tri-**

lhos para descobrir, sem prejuízo da **forte componente cultural e do bom padrão de conforto** que associamos a estas organizações.

Programa indicativo

Sábado, 18 – Voo matinal da TAP com destino a **Roma**. Viagem em autocarro para a região de **Nápoles**. De caminho faremos um pequeno desvio para visitar a catedral de **Anagni**. Importante burgo medieval, terra de residência de quatro papas e cenário de um famoso insulto papal (mais precisamente uns quantos bofetões didácticos na figura de Bonifácio VIII...), **Anagni alberga uma preciosidade pouco divulgada**. Trata-se da cripta da sua catedral (no resto pouco interessante), inteiramente coberta de belos frescos românicos bizantinos do início do século XIII (num total de 540m²!), em notável estado de conservação, e mantendo um raríssimo pavimento decorativo original. Há quem lhe chame a Capela Sistina do medievo...

Domingo, 19 – **Nápoles e Caserta** – Não poderíamos passar ao lado destas cidades e seguir em frente, ignorando por completo a sua enorme riqueza patrimonial. Deste modo vamos dedicar um dia a visitar o mais essencial, numa lógica de 'serviços mínimos' sempre de difícil escolha, pois de outra forma teríamos programa para a viagem inteira... Note-se com clareza que, independentemente do património, estaremos em Nápoles. Que ninguém espere organização, manutenção ou funcionalidade modelares!...

Assim sendo visitaremos o fabuloso **Museu Arqueológico Nacional**, que alberga as peças provenientes das escavações de Pompeia e Herculano, bem como a colecção de arte clássica dos papas da família Farnese. É sem dúvida o **melhor museu arqueológico de Itália** e um dos mais ricos do mundo, sendo ainda um complemento obrigatório das nossas visitas a **Pompeia** e a **Paestum**. Possui peças icónicas como a Vénus Calipígia ou os frescos do templo de Ísis, para não falar da colecção de arte (no mínimo) erótica do seu célebre **Gabinete** secreto, que só neste milénio foi aberta ao público em geral...

Em Nápoles visitaremos ainda **Sansevero**, a capela palaciana de um príncipe com ideias vanguardistas, considerada o mais importante património construído da cidade, por albergar uma ímpar colecção de escultura religiosa da segunda metade do séc. XVIII. Contém peças idiossincráticas, como o famoso **Cristo no sudário**, mas vale sobretudo pelo seu todo, **o mais representativo, a nível mundial, do estilo barroco tardio** (o qual, por definição, não é para todas as sensibilidades...).

De tarde rumaremos a **Caserta** para visitar o desmesurado Palácio Real, outro canto do cisne da espectacular arte barroca. Mandado construir pelo rei Carlos VII, o último (e algo fora de prazo...) dos monarcas absolutos iluminados, foi desenhado pelo genial arquitecto Vanvitelli. À imagem de Versailles, mas sempre maior em escala, a **Reggia de Caserta** pretendia juntar num só edifício colossal o rei, a corte e o governo, sendo estruturada como uma pequena cidade. São 1200 salas, 40 das quais de aparato, quase 200.000m² de área coberta e 120 hectares de belos parques. Uma tarde preenchida...

Perto do final do dia, conclusão da viagem rumo às terras do Cilento.

Segunda, dia 20 – Percurso pedestre no E12 de **Cirolandrea de S. Giovanni a Piro** (cota 520m) até à praia **del Marcellino**. Este itinerário de meio-dia atravessa um dos mais interessantes troços do litoral do Tirreno, a **Costa de la Masseta**, classificada como ZPE. O regresso será feito por barco, até ao típico porto piscatório de **Scario**. De tarde exploraremos o pequeno canyon de **Morigerati**,

escavado pelo rio Bussento quando ressurge do maciço rochoso após um percurso subterrâneo. É também uma zona de protecção especial, visando preservar os valores da hidrologia, fauna e flora locais, e neste caso integrando a rede de áreas sensíveis italianas geridas pelo World Wildlife Fund, genericamente conhecidas pela designação de Oásis WWF. **Faremos um belo pequeno percurso pedestre à beira da água cristalina, até à gruta da exurgência (nascente)**.

Terça, dia 21 – Percurso pedestre panorâmico no maciço do **Monte Cervati**, a partir da aldeia de **Sanza**, e visando descobrir um dos mais interessantes fenómenos cárnicos do parque - o bem pouco conhecido **Affondatore de Vallivona**, um algar com cem metros de altura a cujo interior é possível aceder por um túnel escavado na base! Será o percurso mais exigente da viagem, com uma duração prevista de 6 horas e desnível acumulado de 700m, com gradiente e terreno sem dificuldades de maior.

Quarta, dia 22 – Percurso pedestre no E12 de **Marina di Camerota a Porto Infreschi**. Este itinerário de meio-dia começa na **praia di Lentiscelle**, tocando nas **baías di Pozzallo e Bianca**, para penetrar no mato mediterrânico e terminar num belo porto natural. A tarde será dedicada a **Roccalgoriosa**, povoado altaneiro de ciclópicas muralhas da civilização Lucana, contemporânea e futura conquistadora das grandes cidades helénicas do litoral (séc. VI e V AC), e conhecida pelos seus característicos túmulos de câmara. Pequeno percurso pedestre de **Castel Ruggero** até à zona arqueológica. Visita do pequeno mas notável museu do espólio das escavações tumulares.

Neste dia está previsto um **jantar de convívio** com todos os participantes no encontro.

Quinta, dia 23 – Neste dia vamos realizar um percurso com tradição religiosa imemorial: a subida ao santuário da **Madonna del Monte**, localizado no topo do sagrado Monte Gelbinson (1705m), o maior cume costeiro do parque. Outrora dedicado ao culto de Hera, o **Gebel el Son** (o monte do ídolo, em árabe), foi cristianizado à força e é hoje exaustivamente ocupado por um santuário do qual se avista todo o litoral oeste do Cilento. Percorreremos a velha calçada dos peregrinos desde o **Vallone del Sacrato** até ao topo, uma penitência com 700m de desnível, recompensada no final com um panorama esmagador...

De tarde visitaremos **Paestum**, o mais notável conjunto arqueológico de toda a **Magna Graecia** (o conjunto de cidades/colónia mercantis estabelecidas ao longo do litoral mediterrânico no auge da civilização helénica). Só por si, os templos de Poseídon e de Athena dispensam qualquer apresentação, mas a cidade, que teve o seu apogeu por volta de 475AC, ocupa um total de 120 hectares. A sua maior preciosidade artística é contudo o túmulo do mergulhador (**Tomba del tuffatore**), cujos 5 frescos, com destaque para a enigmática cena da laje de cobertura, são 'apenas' os únicos exemplares conhecidos de pintura helénica clássica com representações humanas.

Sexta, dia 24 – Este dia será dedicado a duas atracções de topo, conhecidas em todo o mundo e incontornáveis em qualquer viagem à Campânia, mau grado a inerente massificação turística – o **Vesúvio e Pompeia**. É redundante alongarmo-nos sobre estes dois nomes, para sempre interligados pela erupção do ano 79 – sem dúvida o episódio vulcânico mais famoso da História. Basta dizer que faremos o circuito normal da visita ao vulcão, que prevê uma aproximação pedestre à cratera, e que em Pompeia a nossa visita será guiada. Os trajectos de autocarro serão longos.

Sábado, dia 25 – Para o último dia a organização do evento prevê uma **pequena marcha conjunta com todos os demais participantes no evento**, partindo da aldeia piscatória de **Villamare**, seguindo pela praia e paredão marginal até **Sapri**, e que se transformará numa espécie de desfile urbano (onde é que eu já vi isto?) até ao estádio da pequena cidade.

Haverá cerimónia oficial de encerramento e espectáculo folclórico. Provavelmente neste dia teremos assim oportunidade de visitar as ruínas de **Elea**, situadas a distância pedonal do nosso hotel. Cidade de filósofos desde a primeira hora (o errante Xenófanes terá sido um dos seus fundadores), a sua escola de pensamento, liderada por Parménides, foi fundamental (quanto mais não seja por exclusão de partes...) para a história da filosofia ocidental. O elemento mais notável do vasto campo arqueológico é a Porta Rosa, o único arco helénico de volta redonda que chegou até aos nossos dias.

Domingo, dia 26 – Saída matinal do hotel e longo trajecto de autocarro directo ao aeroporto de Roma. Voo TAP de regresso a Lisboa. Chegada ao final da tarde.

Alojamento e Alimentação

Uma noite (a primeira) no **Novotel (www.novotel.com)**, um recente hotel de 4 estrelas junto à saída de Caserta da auto-estrada A1. Sete noites no **Hotel Magicomar (www.magicomar.it)** em **Marina di Ascea**, uma das maiores estâncias balneares do Cilento (em época baixa). Também classificado (algo generosamente) de 4 estrelas, o hotel fica a cem metros de uma longa praia (um plano B sempre disponível ao critério de cada um...).

Regime de meia pensão. Possibilidade de adquirir almoços tipo picnic (caros...) no hotel.

Preço – 1.090,00€

O preço inclui – Transporte aéreo Lisboa-Roma-Lisboa em classe económica em voos TAP; Taxas de aeroporto e combustível no montante previsto à data da orçamentação da actividade; Transporte terrestre em autocarro de acordo com o programa; Alojamento de 1 noite perto de Caserta e de 7 noites em Marina di Ascea, em hotel de 4 estrelas (normas locais) em quarto duplo; Regime de meia pensão; Guias voluntários da FIE durante os percursos pedestres; Guia turístico de língua inglesa ou francesa durante as visitas ao Vesúvio e a Pompeia; todas as entradas referidas no programa (num total estimado de 75€ p/pessoa); Seguro de acidentes pessoal e assistência em viagem; a Inscrição no encontro.

O preço não inclui – Almoços; Tudo o que não foi referido anteriormente.

Suplemento para quarto individual – 200,00€.

Plano de pagamentos – 160,00€ em janeiro; nos meses de fevereiro a julho 155,00€ / mês.

Inscrições – Na sede do CAAL, no dia **3 de janeiro de 2013, quinta, das 18h00 às 20h00**. Inscrições limitadas.

ATENÇÃO – Muito Importante

Por obrigações contratuais o Clube terá de abrir mão das reservas excedentárias logo após o dia das inscrições, não estando portanto em condições de garantir vagas na actividade para além dessa data, mesmo que a capacidade inicialmente disponível não se esgote.

Por esse motivo **os sócios interessados em participar devem realizar sem falta a sua inscrição na altura indicada.**

Alpes Austríacos

3 a 11 de agosto 2013

**Altas montanhas, glaciares, árvores e flores
no coração dos Alpes**

O **Parque Natural de Hohe Tauern**, que poderá ser considerado um 'santuário no meio dos Alpes Austríacos, é o segundo maior da Europa e é nele que vamos centrar a nossa actividade de Verão, mais propriamente em **Kaprun**.

Este Parque Nacional é uma complexa maravilha da natureza. No centro a sua vida selvagem é completamente intocada, e nas áreas externas é uma harmoniosa combinação de paisagem cultivada de forma sustentável e um espaço cheio de natureza.

A montanha mais alta da Áustria, o **Grossglockner**, também nos aguarda, elevando-se 3798m acima do nível do mar. A seus pés encontra-se a língua glacial mais longa da Áustria, o **Pasterze**.

O inverno é longo nas montanhas, o que também significa que a vida vegetal e animal é ainda mais vibrante e colorida durante o curto verão alpino.

A **fauna** desta região inclui a cabra alpina (alpine ibex), o abutre barbudo, marmotas, a camurça, o veado vermelho e a águia.

Kaprun será o centro da nossa estadia mas em **Zell am See**, uma localidade muito próxima, poderemos desfrutar ao máximo de inúmeras actividades, como exemplo:

natureza (gargantas de Sigmund Thun Klamm - Kaprun)

cultura (castelo de Kaprun séc. XII)

diversão (passeios de barco no Lago Zell, parque de diversões em Zell am See, entre outras que irão descobrir).

Clima da Áustria

A Áustria está localizada numa zona de **clima temperado influenciado pelo Atlântico**, com três regiões climáticas diferentes: no leste, o clima continental, com pouca precipitação, verões quentes e invernos moderadamente frios; nas regiões alpinas regista-se elevada precipitação, com verões curtos e invernos longos; no resto do país o tempo é mais influenciado pelo Atlântico a oeste, e mais continental a sueste.

Gastronomia da Áustria

A cozinha austríaca tem claras influências dos países que formaram o Império Austro-Húngaro. Claros exemplos desta influência são as picantes almôndegas conhecidas como '**cevapcici**' e a consistente sopa de feijão e couve, também picante, procedentes da Sérvia, a **sopa de Sauerkraut**. Típicos são também os '**knödel**', uma espécie de pastéis com tiras de toucinho e fígado que se servem com a sopa. Existem sobremesas quentes como os '**palatschinken**', crepes recheados de compota de frutas ou o '**apfelstrudel**', um delicioso pastel de massa folhada recheado de pedaços de maçã, passas e canela e coberto de natas. Também são estupendos os '**knödel**' recheados de damasco quente ou queijo e as tartes de todos os sabores, cerejas, morango, avelã, nozes, destacando-se a '**sachertorte**', bolo de chocolate.

A Áustria é composta por 9 estados: Viena, Burgenland, Caríntia, Alta Áustria, Baixa Áustria, Salzburgo, Estíria, Tirol e Vorarlberg.

SALZBURGO

É neste **estado federal** que vamos centrar as nossas atividades.

Abrigada numa curva do rio Salzach e protegida pelas massas imponentes do Mönchsberg e do Kapuzinerberg (duas montanhas menores), a cidade de **Salzburgo** revela-se uma das mais acolhedoras da Europa. Talvez porque preservou, ao longo dos séculos, as suas características mais genuínas, grande parte do seu centro histórico e a memória e obra dos seus filhos mais ilustres, a começar pelo génio da música que foi **Wolfgang Amadeus Mozart**.

Salzburgo é um perfeito exemplo de uma cidade que 'recusou crescer em demasia', que soube resistir à tentação dos arranha-céus e, mais recentemente, dos centros comerciais de gosto duvidoso. Isto não quer dizer que tenha virado costas à modernidade. Muito pelo contrário. Optou claramente pela recuperação e manutenção do seu centro histórico, nomeadamente no pós-2ª Guerra Mundial, quando teve de reconstruir a sua catedral.

O nome Salzburg significa 'castelo de sal'. Castelo este que foi construído na sequência da exploração e da riqueza do sal nesta região, proveniente das minas de sal.

Transportes

Partida no dia **3 de agosto (sábado)** no voo TAP 558 às 9h10 de **Lisboa**, com chegada a **Munique** às 13h20, transfer para o hotel / camping em **Kaprun**.

Durante a semana de atividades o transporte será feito de **auto-carro**.

Regresso no dia **11 de agosto (domingo)**, transfer de **Kaprun** até **Viena** no voo TAP 693, com partida às 19h35 e chegada a **Lisboa** às 22h05.

Alojamento

Previstas duas possibilidades de alojamento em **Kaprun**:

HotelActiveByLeitner's (<http://www.active-kaprun.at/>), que inclui: dormida (quarto duplo), pequeno-almoço, pic-nic para o dia, lanche (bolo e chá) e jantar.

Camping 'zur Muehle in Kaprun' - <http://www.muehle-kaprun.at/pages/de/home.php>.

Programa

3 de agosto – sábado

Voo **Lisboa - Munique** – Tempo livre em Munique, para refeição (almoço livre), transfer para alojamento em **Kaprun**. Briefing com os participantes.

4 de agosto – domingo

Adleweg (caminho da água) – Tirol

A primeira etapa da Caminhada da Água leva-nos de St. Johann a Gaudeamushutte, situado a 1263m acima do nível do mar:

Neste trilho passaremos por duas maravilhas naturais, a **imponente queda de água** Scheierwasserfall e a caverna de Diebsofen (**caverna dos contrabandistas**). O trilho continua por entre a **floresta de plátanos** até Regalmm. Chegados ao ponto mais alto, Regalmm, poderemos observar as **majestosas cadeias de montanha** Wilden Kaiser (Imperador Selvagem) e a sul as montanhas de Kitzbuhel (conhecidas pelas suas estâncias de ski).

Características do percurso: Percurso moderado a efectuar em 6 horas com alguns desníveis - cerca de 900m de subida e 450m de

descida. **Percurso acessível a todos os participantes.**

Cartografia: Carta Kompass 1/50000, folha nº 9.

5 de agosto – segunda

Saalbach – Seven Summits / Zell am See

Grupo 'Seven Summits' – Neste dia o grupo irá percorrer os 7 cumes da região de Saalbach:

Stemmerkogel 2123m, Hochkogel 2249m, Hochsaalbachkogel 2212m, Barensteigkogel 2225 m, Manhitzkogel 2247m, Mittagskogel 2092m, Geibstein 2363m.

Trilho de cumeada com vistas deslumbrantes sobre os vales mais emblemáticos da região. Este grupo fará os dois primeiros cumes em conjunto com o grupo Zell am See depois diverge para Oeste.

Os caminhos que iremos percorrer serão por vezes expostos e talhados na aresta, daí a exigência de cuidados redobrados.

Regresso a Lindlingalm, por descida pronunciada e com cerca de 1000m de desnível.

Características do percurso: Percurso difícil a percorrer em 8 horas, com desníveis acentuados (subida 1413m, de descida 2128m).

Cartografia: Carta Kompass nº 34/2.

Grupo 'Zell am See' – Passeio do Pinzgauer

Neste dia o grupo irá percorrer um **trilho de cumeada / encosta, com magníficas vistas** sobre os diferentes vales virados a sul, incluindo a vista privilegiada para uma das cadeias montanhosas mais apetecíveis, onde se encontra o Grossglockner (3798m). Iremos ter oportunidade de fazer 2 cumes (Stemmerkogel 2123m e Hochkogel 2249m) juntamente com o grupo 'Seven Summits'; a partir deste ponto, com cerca de uma hora de caminhada já percorrida, haverá a separação dos grupos (um grupo segue para este e o outro para oeste) pelo trilho nº 719, que nos levará até ao Schmittenhohe (estação teleférica) com panorâmica sobre o lago Zeller See.

Hora limite para descida no teleférico - 16h30.

Características do percurso: Travessia a efectuar em 6 horas, com desníveis acumulados (700m de subida e 750m de descida).

Cartografia: Carta Kompass nº 34/2.

6 de agosto – terça

Minas do 'Ouro Branco' / Salzburg

Salzwelten Hallein – O 'Mundo do Sal', como é chamado o espectáculo.

Esta é **umas das mais antigas minas do mundo**, transporta-nos ao famoso mundo dos mineiros que com as suas próprias mãos escavaram profundos labirintos ao longo da montanha e obtiveram o **precioso 'Ouro', o SAL**.

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

Presidente: Alexandre Velhinho

Centro Associativo do Calhau - Sítio do Calhau Parque
Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

NIB 003507360001660883032

Conta - 0736 016608 830 - CGD S.Domingos de Benfica

Tel.: 21.778 83 72 TM: 96.629 52 60 Fax: 21.778 83 67

email: caal@mail.telepac.pt site: www.clubearlivre.org

Horário de expediente 3a, 4a e 5a feira das 13h30 às 18h00

A extração de sal-gema na Áustria tem uma história milenar, ou seja, é verdade que no interior da salina Hallein se encontram ferramentas de extração e restos humanos que foram rastreados ao período celta. O nome deste lugar (Hallein) parece derivar da palavra 'sal' em celta: 'hall' ou 'hal'. A extração de sal-gema deu origem à riqueza económica, artística e arquitectónica da cidade de Salzburgo. Desta forma, a visita às minas representará um caminho para conhecer os bastidores da economia pública. **Teremos ainda oportunidade de percorrer as galerias usadas por mineiros e assistir a um espetáculo natural único.**

A excursão começará com uma carreira no **comboio dos mineiros** para chegar ao local de partida da viagem, no centro da montanha. Ao longo da avenida há a possibilidade de **admirar as 'entradas' da mina**, imaginar o trabalho dos mineiros, mas também apreciar passagens divertidas, **escorregas criados por mineiros**, enquanto que para os menos ousados existem escadas. Andaremos entre a fronteira austríaca e a fronteira alemã, para finalmente alcançar um fantástico Lago de Sal.

Salzburgo será o nosso destino para uma **visita livre** durante a tarde deste dia onde poderemos desfrutar da emblemática cidade.

Salzburgo situa-se junto à fronteira com a Alemanha a oeste e a região de Salzkammergut a leste. O rio Salzach flui de sul para norte através de Salzburgo. O **centro histórico de Salzburgo** (Altstadt) é designado **Património Mundial pela UNESCO**, tendo uma zona pedonal onde poderemos andar pelas ruas estreitas com edifícios de todos os períodos, lojas e museus.

A **fama mundial** deste estado federal, Salzburgo, deve-se sobretudo a **Mozart**. O percurso poderá começar pela Mozartplatz, em cujo centro se encontra uma estátua do compositor, poderemos ainda visitar a **Residenzplatz**, no centro da cidade, onde se encontra o **Neubau**, sede do governo, no qual destaca a Glockenspiel, torre do carrilhão cujos sinos interpretam obras clássicas às 7 e às 11, pela manhã, e às 6 da tarde.

A rua mais famosa de Salzburgo é a **Getreidegasse** repleta de lojas e na qual se encontra a casa natal de Mozart (**Wolfgang Amadeus Mozart**), onde se guardam objetos pessoais do compositor. Para conhecermos bem Salzburgo é imprescindível subir através do funicular à **Fortaleza Hohensalzburg**.

São também de interesse nesta cidade o Bastião Hettwer, o cemitério de São Sebastião, **os Jardins e o Palácio de Mirabell**, o Mozarteum, sede do arquivo de Mozart.

7 de agosto – quarta

Passeio Kitzsteinhorn (3000 m) até Mooserboden

Iniciamos o dia subindo de teleférico até ao ponto mais alto desta viagem aos **3000m - Kitzsteinhorn**. Neste ponto teremos uma **visibilidade de 360°** e poderemos observar em redor **todas as montanhas e vales**. Após esta paragem **descemos até aos 2446m** e aí começamos o nosso passeio em direção do **Mooserboden** (a maior reserva de água da Áustria).

É pelo caminho nº 726 que iremos percorrer o trilho que nos levará à portela do Hochkammerscharte (2689m) e faremos a passagem aos 2650m e aí começaremos a descer pela encosta até junto da Capela (Heldnische Kirche). O passeio irá terminar junto à Barragem Mooserboden.

O regresso deste passeio será feito de autocarro (Post Bus) e utilizaremos também o teleférico 'aberto' **Larch Wd** até ao Parque de Alpenhaus Kesselfall, onde tomaremos o nosso autocarro.

Características do percurso: Percurso de travessia, a efectuar em 5 horas, com desníveis acumulados de subida 400m e de descida 900m. **Passeio acessível a todos os participantes.**

Cartografia: Carta nº 40 Alpenvereinskarte 1/25000.

8 de agosto – quinta

Gruta Eisriesenwelt / Museu Mittersill

Eisriesenwelt significa o 'mundo gigante de gelo'. Estas grutas estão localizadas aproximadamente a 40km de Salzburgo. É um complexo de cavernas, localizado no interior da cadeia montanhosa de Tennengebirge, que permanecem congeladas durante todo o ano.

Estas grutas são consideradas as **maiores grutas de gelo do mundo** e proporcionam uma grande e nova experiência em todo o seu esplendor na montanha. Uma visita nestas grutas permite deslumbrar verdadeiros **palácios de gelo** levando-nos a entrar no mundo do gelo, mesmo nos dias quentes de verão. A entrada das grutas, com 20 metros de largura e 18 metros de altura, pode ser avistada a uma grande distância.

Estas grutas estendem-se por cerca de 42 km, sendo o primeiro km composto por gigantescas formações de gelo e será este o km que iremos visitar. A temperatura ambiente dentro das grutas é de 0º graus nos meses de verão. Para atingir a gruta tomaremos o funicular situado no sopé da montanha. Este é o mais íngreme funicular da Áustria e por essa razão a última subida vale a pena. Chegados à entrada da gruta é-nos fornecida uma lanterna, como a de um mineiro, com a qual faremos a visita.

O passeio consiste em duas fases: uma contínua subida e uma descida. Ao entrar na gruta encontraremos uma língua de gelo impressionante e muito alta. O circuito é composto por 1.400 degraus.

Museu de Mittersill - Nationalparkwelten

Os Nationalparkwelten em Mittersill apresentam-nos o mundo fabuloso da **montanha Tauern Hohe** ao nosso alcance. Durante a visita iremos passar por oito salas que exibem fascinantes destaques científicos, incluindo a evolução dos Alpes, o voo da água majestosa, bem como incríveis detalhes do glaciário. Além de uma tradicional exposição de animais, plantas, rochas há apresentações especiais, Tauern 3D, e uma projecção de 270 graus no centro de uma avalanche. **Este lugar é um local obrigatório para os amantes da natureza.**

9 de agosto - sexta

Grossglockner / Hochalpenstrasse

A mais famosa estrada alpina (**Hochalpenstrasse**) vai levar-nos ao coração do Parque Nacional Hohe Tauern, a montanha mais alta da Áustria, o **Grossglockner** (3.798m) e seu glaciário, o **Pasterze**. No topo desta estrada (2580m) teremos oportunidade de entrar no mundo único de montanhas com prados floridos, alpinas florestas de montanha perfumadas e enormes penhascos. Aí faremos uma paragem num ponto de observação (**Edelweisspitze**).

Chegados ao Grossglockner iremos respirar o ar alpino do **glaciário Pasterze**, sem grandes desafios alpinos. **Será provavelmente um dos passeios mais gratificantes em tudo.** O desafio será percorrer o Oberwalderweg – troço que nos levará até ao **Refúgio Oberwalderhütte** (2972m).

Sairemos para o passeio junto ao parque de estacionamento, caminho turístico largo de nome **Gamsgrubenweg**, fácil de percorrer (ida e volta), com passagens de túneis que nos protegem da queda

de pedras, e onde teremos oportunidade de assistir a uma exposição permanente ao longo dos mesmos. Seguidamente chegamos a uma **ribeira Wasserfallwinkelkeeses** onde atravessaremos a ponte de madeira existente. A partir deste ponto recomendamos uso do bastão. O caminho trilhado leva-nos através de um vasto campo de neve (no inverno) em cima da colina rochosa onde se encontra o Refúgio Oberwalder. Aí poderemos desfrutar do nosso pic-nic e usufruir da plenitude do glaciário; com magníficas vistas sobre a montanha mais alta da Áustria. Quanto à flora e fauna são únicas, tendo como exemplos as marmotas e o ibex alpino (cabra alpina). No regresso, poderemos visitar o Centro de Interpretação Kaiser-Franz-Josef, onde obteremos informações interessantes sobre esta montanha.

Características do percurso: Caminho a efetuar em 4h15 (ida e volta). No início passaremos por cerca de 6 túneis com cerca de 160m cada, troço fácil até junto à passagem da ribeira, depois teremos um caminho alpino com passagem de neve, na qual devemos tomar algumas precauções, principalmente na subida para o refúgio. **Percurso acessível a todos os participantes.**

Cartografia: Carta 40 do Alpenvereinskarte, caminho nº 702.

10 de agosto – sábado

Subida e descida Refúgio Stuedlhuetten (2802m)

Através dos vales Hamertal e Tauerntal daremos início a **uma das mais emblemáticas etapas desta atividade**. Chegados à pitoresca localidade com o nome Kals am Grossglockner, onde terá início a nossa caminhada (Luckner House 1920m), apresenta-se-nos um caminho florestal / pé posto nº 702 B, que nos levará ao **refúgio Luckner Huetten** (2241m), situado no vale Kodnitztal. Seguiremos por um caminho serpenteado até ao nosso objectivo **Refúgio Stuedlhuetten, ponto estratégico de ascensão ao Grossglockner**.

Chegados à cabana Stuedlhuetten, com capacidade para bastantes amantes da montanha e do alpinismo em especial, faremos uma paragem para o almoço. O regresso será feito pelo caminho nº 712, que nos levará até à floresta do Teischnitztal e o final será na localidade de Spötling.

Características do percurso: Percurso total a efetuar em cerca de 6 horas, com 900m de subida e 900m de descida (3h de subida e 2,5h de descida)

Cartografia: Carta nº 40 Alpenvereinskarte, caminho 702 B e 712.

11 de agosto – domingo

Regresso a Lisboa, com saída de **Kaprun** pelas 7h00, autocarro até **Viena**, com algumas horas livres até à hora do voo, **para desfrutar Viena de Áustria!!!**

VIENA

Uma imponente oferta cultural, lugares turísticos fascinantes e o acolhedor ambiente vienense podem ser vividos nos **cafés** ou nos Heurigen (**típicas tabernas austríacas**), que proporcionam à cidade a sua fama mundial.

O **Palácio de Balverde**, de estilo barroco, acolhe hoje a Galeria da Áustria, que apresenta a maior coleção de obras de **Klimt e Kokoschka**, além de proeminentes obras de **Schiele**. Os símbolos de Viena são a **Catedral de São Estêvão**, situada no centro histórico, a **Roda Gigante**, situada no Wiener Prater, um tradicional parque de diversões, e a **Escola Espanhola de Equitação**, com a sua famosa dança dos Lipizanos.

Viena, uma cidade para se admirar...

Preço da atividade: 1175,00€ por pessoa em hotel (875,00€ para jovem em quarto com 2 adultos) e 820,00€ em camping.

O preço da atividade inclui:

- 1 - Viagem de avião (Lisboa / Munique e Viena / Lisboa)
- 2 - Tranfers (de e para o aeroporto), deslocações de autocarro para as atividades
- 3 - Sete noites de alojamento em quarto duplo
- 4 - Refeições – pequeno-almoço buffet, pic-nic para a atividade, lanche (bolo e chá), para quem ficar no hotel, e jantar.
(Com alojamento em parque de campismo, a única refeição incluída é o jantar de grupo).
- 5 - Utilização gratuita dos serviços do hotel - **WI-FI, piscinas, SPA, sauna e banhos com vapor**
- 6 - Entradas nos museus, grutas, minas de sal, e uso dos teleféricos (Zell am See Card)
- 7 - Seguro de Acidentes e Assistência em Viagem.

O preço não inclui: Tudo o que não foi referido anteriormente.

Plano de pagamentos – 195,00€ em janeiro; nos meses de fevereiro a agosto 140,00€ / mês.

Inscrições – Na sede do CAAL, no dia **3 de janeiro de 2013, quinta, das 18h00 às 20h00**.