n_287 novembro_2016 ano_31

ARLIVRE INFORMAÇÃO

Caminhos do Mediterrâneo III

30 de abril a 7 de maio

Costa Brava - Onde os Pirenéus mergulham no mar

A **ERA** (federação europeia de pedestrianismo) continua a apostar no desenvolvimento e divulgação do seu **mais recente itinerário de longa rota, o ambicioso trilho E12,** também conhecido por **'Arco do Mediterrâneo'**, o qual nesta fase está prestes a ligar Gibraltar a Messina. Na sequência dos encontros internacionais organizados **em 2013 no sul de Itália** (parque nacional do Cilento) e **em 2015 no sul de França** (Côte d'Azur), surge agora o desafio para partir à descoberta de mais **um troço do litoral mediterrânico.**

Espera-nos outro território, outro povo, outra língua, outras montanhas no horizonte, mas **sempre o mesmo mar**. Chegou a vez da **Catalunha** e então o destino só podia ser a **Costa Brava.**

O CAAL, honrando o seu estatuto de mais antigo filiado português da ERA, **volta a marcar presença neste projecto,** tendo também em mente o propósito de possibilitar aos seus associados esboçar uma visão de conjunto da **ímpar e multifacetada riqueza natural e cultural da bacia do Mediterrâneo,** o berço da nossa civilização.

Sobre a Costa Brava

Tecnicamente o termo Costa Brava corresponde a todo o litoral da província de Girona, a mais setentrional das províncias costeiras da Catalunha, no extremo nordeste da península Ibérica. Trata-se no entanto de uma **designação meramente comercial** adoptada nos finais da década de 1950, quando a ditadura espanhola decidiu, pela primeira vez e de uma forma perfeitamente deliberada, apostar forte na indústria do turismo balnear de massas. O objectivo era criar um destino barato, capaz de concorrer com a Côte d'Azur junto do mercado francês (o que, para o bem e para o mal, foi conseguido).

Felizmente para as gerações actuais, grande parte do marketing do novo produto assentava na **ligação entre o destino e a obra de vultos artísticos famosos** a ele associados (com destaque para Salvador Dali), pelo que havia que preservar as **pitorescas aldeias tradicionais** com mais carácter e as **paisagens naturais abruptas** associadas a esse imaginário.

Desta forma as atrocidades urbanísticas foram concentradas em zonas bem definidas e regra geral no sector sul, mais plano e arenoso - em locais como Tossa de Mar, Lloret de Mar ou Blanes – enquanto que **o sector norte mais montanhoso e abrangendo os locais mais emblemáticos: (Cadaqués, Cabo de Creus, Sant Feliu de Guixols, etc…),** chegou até nós melhor preservado que a generalidade do litoral mediterrânico de Espanha, o qual posteriormente seria vítima de uma especulação imobiliária muito mais desenfreada.

Desta forma **o norte da Costa Brava** - ou seja o litoral da comarca da Alta Empordà - **conserva grande parte da magia própria do local em que os Pirenéus mergulham no Mediterrâneo** e, se fecharmos os olhos à notória excepção da mega-marina de Empuriabrava, consegue permanecer à altura do seu nome de baptismo. **Falar da Costa Brava é de resto falar de arte e dos artistas** que na primeira metade do século XX por lá passaram, lá residiram e, nalguns casos, de lá tiveram de sair para terras de exílio sem retorno. **E é também falar de surrealismo. Dali é naturalmente o primeiro a ser citado - por ser filho da terra** (onde nasceu, viveu e morreu), pelo rico legado que por lá deixou e também, dirão algumas más línguas, pela sua sintonia com o poder politico de Madrid.

Mas outros criadores geniais como Miró, Chagall, Magritte, Picasso, Buñuel, Breton, Lorca ou Casals frequentaram estas paragens. E essa aura artística, originalmente muito centrada em Cadaquès, seria relançada pelos promotores turísticos oficiais dos anos 50 e 60, que apostaram forte na **produção cinematográfica de qualidade.** Nessa época nomes de primeira linha de Hollywood, como Orson Welles, Ava Gardner, James Mason ou Elizabeth Taylor (e outros de terceira linha como os lusos Virgílio Teixeira e Isabel da Costa…), filmaram obras importantes um pouco por toda a Costa Brava.

Mais recentemente uma outra expressão artística ganhou invulgar fulgor na região: **a gastronomia.** Na senda do enorme êxito do pequeno **restaurante 'elBulli' de Cala Monjoi (Cabo Creus)** - que foi um autêntico local de peregrinação global durante a primeira década deste século - **a província de Girona vai albergando uma constelação de cerca de vinte estrelas Michelin** e dois dos seus restaurantes figuram assiduamente nas mais badaladas listas mundiais de 'top ten' da especialidade.

Uma actividade da ERA

Numa dúzia de anos, esta será a oitava grande actividade internacional do CAAL no âmbito da European Ramblers Association, pelo que a generalidade dos sócios sabem o que esperar. Para os outros importa sobretudo lembrar que **neste contexto o nosso estatuto é de hóspede,** pelo que a nossa organização não domina os detalhes do programa e a sua capacidade de intervenção no terreno é limitada.

Logo, **a qualidade da actividade depende em boa parte do conhecimento do território e da competência do organizador local e do nível da hospitalidade encontrada,** que de alguma forma

reflectem as idiossincrasias de quem nos acolhe. Neste caso joga a nosso favor o facto deste encontro internacional estar a cargo da **federação catalã de pedestrianismo - FEEC, gente boa e capaz que conhecemos de longa data.**

Principais atracções da actividade:

Girona - Uma das quatro capitais provinciais da Catalunha, **Girona é uma cidade atractiva e com uma dimensão amiga do visitante.** Apesar da sua história atribulada (vinte e cinco vezes cercada, mas apenas sete conquistada), ainda assim conserva uma riqueza patrimonial a não perder.

As visitas obrigatórias incluem **a altaneira catedral,** famosa por possuir a mais ampla nave gótica do mundo (com um arco de 22.98m de largura) e albergar no seu museu o chamado 'Tapete da Criação', um raríssimo exemplar de bordado sacro do século XI; **as ruelas da judiaria,** provavelmente o 'ghetto' medieval melhor preservado do mundo; **o mosteiro românico** de Sant Pere de Galligants; **a basílica gótica** de Sant Feliu; **os banhos públicos** românicos ditos árabes; **a 'Rambla' da Liberdade** e o **famoso casario colorido** sobranceiro ao rio Onyar, cuja paleta tipicamente mediterrânica constitui o mais conhecido ex-libris da cidade.

Parque Natural do Cabo Creus - Entre a montanha e o mar, por vezes caprichosamente moldado pelo vento norte ('tramuntana') mas demasiado agreste para ser subjugado pelo homem, **o Cabo Creus constitui um espaço singular de grande beleza.** É simultaneamente o último contraforte da imensa cadeia montanhosa dos Pirenéus e o ponto mais oriental da Península Ibérica.

As suas paisagens, imortalizadas na obra de Dali, estão na base do arquétipo da Costa Brava e a urgência da sua defesa perante o avanço da pressão imobiliária levou à constituição do parque natural em 1998. Sem embargo **a área protegida possui também uma biodiversidade assinalável em terra** (duas espécies endémicas de minúsculo habitat), **no mar** (populações de espécies protegidas como os corais vermelhos e as gorgónias, pradarias de posidónias, tartarugas…) **e no ar** (cagarro do Mediterrâneo, painho de cauda quadrada, gaivota de Audouin, águia de Bonelli…).

Mosteiro de Sant Pere de Rodes - Com uma história milenar que remonta ao antigo condado de Empuries instituído por Carlos Magno, o mosteiro beneditino de Sant Pere (São Pedro) de Rodes, **construído bem perto do mar mas a 500m de altitude**, goza de um panorama esplêndido sobre o norte da Costa Brava. Como se tal não bastasse, o complexo religioso/militar constitui em si mesmo um dos mais importantes testemunhos da **arquitectura românica.** Centrado num claustro já do século XII (o seu período áureo), o conjunto tem como principal elemento a igreja, consagrada em 1022, uma construção sem paralelo, por sintetizar elementos de vários estilos anteriores - tardo-romano, carolíngio e pré-românico - num espaço de dimensões grandiosas para a época.

Museu Dali - Está construído sobre as ruínas do teatro da cidade, local de uma das primeiras exposições do jovem Dali, do qual conserva a bela fachada neoclássica. **Tudo neste edifício foi concebido e instalado pelo artista** que dedicou catorze anos de trabalho criativo ao espaço que acabaria por acolher o seu túmulo, sempre com o propósito claro de deixar um legado à sua terra natal. Percorrendo as galerias é possível mergulhar no seu universo muito peculiar: as obras de juventude, o surrealismo, o misticismo, o fascínio pela ciência e pela experimentação, as obsessões delirantes, o gosto pelo excesso e bizarria. **Trata-se do maior conjunto mundial de obras do genial autor e do terceiro museu mais visitado de Espanha.**

Parque Natural de Aiguamolls - As 'águas moles' de Empordà ocupavam historicamente toda a planura da baía de Roses, sendo a segunda maior zona húmida da Catalunha, só superada pelo delta do Ebro. A drenagem para fins agrícolas ia reduzindo aos poucos o paúl, mas foi a polémica construção de Empuriabrava que fez soar os alarmes para a urgência da sua protecção.

Esta desmesurada marina residencial dotada de aeródromo próprio - quase 30km de canais, 14.000 fogos, 5.000 lugares de amarração, 120.000 saltos de pára-quedas por ano… - ao destruir uma parte significativa da área selvagem (apesar de durante largos anos ter sido um empreendimento clandestino…), teve na sociedade catalã um efeito seminal parecido com o do nosso lince da Malcata (embora num registo bem mais realista…), e depressa impôs a **constituição do parque natural (1983).**

Este congrega uma variada gama de habitats interligados - a última grande praia virgem da Costa Brava, ambientes de ria salobra, prados sazonalmente submersos, sistemas lagunares de água doce (as ditas 'águas moles'), arrozais que funcionam como pré-parque, … - **e dá abrigo a umas módicas 327 espécies,** com natural destaque para as aves (migratórias, residentes e nidificantes). Está classificado como sítio Ramsar e é candidato a reserva da biosfera (UNESCO).

Programa indicativo

Domingo, 30 de abril - Girona

Comparência matinal no aeroporto de Lisboa e **voo directo para Barcelona.**

Autocarro para **Girona.** Tempo livre para visitar a cidade e almoçar. Continuação até **Roses.** Instalação no hotel.

Dia A (2ª, 1 de maio) - O Parque Natural do Cabo Creus, por terra e por mar

Jornada formada por duas componentes bem distintas e complementares.

Primeiro um percurso de cerca de uma hora em **barco de fundo de vidro, desde o porto de Roses até à Cala Montjoi**, proporcionando um ponto de vista privilegiado sobre um grandioso cenário de montanhas que descem até ao mar e uma pequena janela aberta para a riqueza do lado submerso da área protegida.

Depois o **percurso pedestre de regresso a Roses** - 10km suavemente ondulados do E12 - percorrendo boa parte do litoral sul da península, **um dos mais belos troços da Costa Brava.**

Dia B (3ª, 2 de maio) - Mosteiro de Sant Pere de Rodes

A subida ao mosteiro de Sant Pere (São Pedro) de Rodes é um clássico incontornável do pedestrianismo catalão. Para além da sua importância patrimonial, o milenar conjunto beneditino alpendurado nas alturas da serra Verdera proporciona um panorama extraordinário sobre as montanhas e o mar. O percurso proposto começa na praia, esquece o E12, e vence os cerca de 500m de desnível sempre **ao longo do famoso GR11 - o trilho de longa rota que percorre a totalidade dos Pirenéus pelo flanco sul.** A descida será bem mais curta e para o outro lado da serra, rumo à **pitoresca aldeia de Palau Saverdera,** também ela um miradouro, mas neste caso sobre o interior da comarca de Empordà.

Num dia claro é uma caminhada soberba embora seja também, e de longe, o percurso mais físico da actividade (ainda que não ultrapasse os 8.5km de extensão).

Dia C (4ª, 3 de maio) - Parque Natural de Aiguamolls

Percurso pedestre circular e totalmente plano com cerca de 12km à descoberta de **uma das mais emblemáticas zonas húmidas da**

Catalunha. Será um dia muito diferente dos restantes, numa demonstração da diversidade do património natural da Costa Brava, e também um regalo para quem goste de observar avifauna, para mais numa época do ano propícia para esse efeito.

Dia D (5ª, 4 de maio) - Nos passos da memória, até França, pelo colo de Belitres

O colo de Belitres, por via dos seus modestos 165m de altitude, foi o principal caminho de fuga para o cerca de meio milhão de republicanos que tiveram de se exilar em 1939, no final da guerra civil, contornando as fronteiras oficiais. É portanto um local do maior simbolismo para a nação catalã e não admira que tenha sido escolhido para o enlace internacional do traçado do E12 - para mais numa época em que as crises de refugiados regressaram em força à Europa.

Este pequeno percurso pedestre carregado de história começa na aldeia costeira de Colera, transpõe a fronteira no colo e desce até Banyuls-sur-Mer. São apenas 6km complementados com uma visita à atraente vila francesa, antiga terra de contrabandistas convertida com notável êxito à vinicultura, que se situa numa primorosa enseada da 'Côte Vermeille' (a designação comercial deste belo troço do litoral do Roussillon).

A visita inclui uma passagem pela singela 'Maison de la Randonnée', a sede dos nossos companheiros locais.

Dia E (6ª, 5 de maio) - Museu Dali - Figueres - Cidadela de Roses

Dia para deixar as botas a arejar e efectuar a incontornável visita guiada ao Museu Dali em Figueres. Haverá tempo para explorar um pouco mais desta capital de comarca - cidade histórica cujo património construído sofreu o impacto directo da máquina de guerra franquista e que na actualidade possui uma vincada componente multicultural - e para visitar a cidadela de Roses, fortificação renascentista de passado notável cujo subsolo é um sítio arqueológico que, na melhor tradição mediterrânica, abarca uma sucessão de 24 séculos de gentes, línguas, religiões e culturas (muito) diversas…

Dia F (sábado, 6 de maio) - De Cadaquès ao farol do Cabo Creus

Percurso pedestre emblemático através de algumas das mais belas paisagens costeiras do Parque Natural do Cabo Creus. Partindo de Cadaquès, a mais famosa povoação da Costa Brava, por excelência uma terra de artistas, iremos seguir o E12 ao longo do litoral até à pequena Portlligat, passar à porta da casa onde Dali viveu durante décadas, e continuar até encontrarmos o GR11, para percorrer os seus metros finais rumo ao farol do Cabo Creus, o ponto mais oriental da Península Ibérica.

São cerca de 9km preciosos, em terreno ondulado sem complicações de maior.

Domingo, 7 de maio - Barcelona

Pequeno-almoço e transporte em autocarro para o aeroporto de Barcelona.

Haverá algumas (poucas) horas disponíveis para dar uma volta livre pela capital catalã e eventualmente para um almoço (não incluído) nas 'ramblas' (o aeroporto já dispõe de metro para o centro da cidade).

Pelo meio da tarde, voo directo de regresso a Portugal. Chegada ainda diurna a Lisboa.

Alojamento e Alimentação

Ficaremos alojados em Roses, antiga vila piscatória situada numa baía do flanco sul do Cabo Creus e convertida ao turismo balnear. Alojamento (em conjunto com todos os demais participantes no encontro), no Hotel Goya Park (3 estrelas), ou no seu gémeo Hotel San Marc, a 200m da praia.

Poderá haver quartos triplos para quem se inscreva individualmente. Regime de pensão completa, do jantar de domingo 30 de abril ao pequeno-almoço de domingo 7 de maio. No dia 3 terá lugar um jantar com animação festiva no complexo desportivo municipal de Roses, que assinala a inauguração oficial do enlace fronteiriço do E12.

Inscrições

As inscrições serão realizadas na sede do Clube, no próximo dia 26 de novembro de 2016, sábado, entre as 14h00 e as 17h00. Cada sócio poderá inscrever-se a si e ao seu agregado familiar, e outro sócio.

Preço e plano de pagamentos

A viagem tem o custo total de 863,00€ por participante, com o seguinte plano de pagamentos: no momento da inscrição deverão ser pagos 163,00€; nos meses seguintes (dezembro, janeiro, fevereiro, março e abril - 5 prestações), sempre no dia 29 de cada mês, deverão ser pagos 140,00€ por mês.

O preço inclui

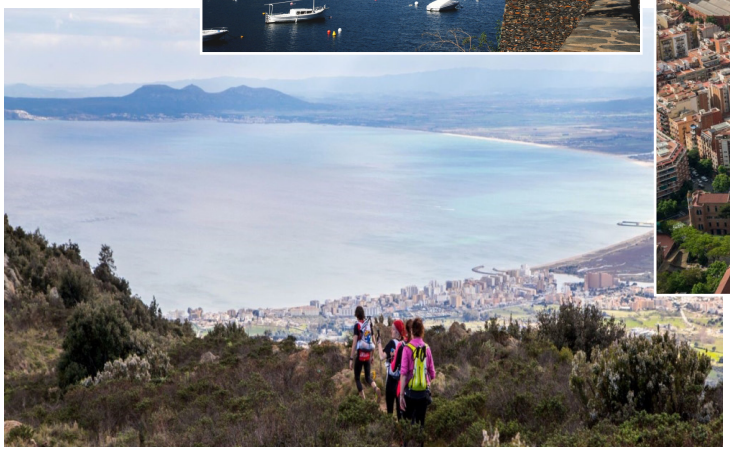
Voos Lisboa-Barcelona-Lisboa (TAP) em classe económica;
taxas de aeroporto e combustível no montante previsto à data da orçamentação da actividade; transporte terrestre em autocarro de acordo com o programa;
alojamento em hotel de 3 estrelas;
pensão completa, desde o jantar de domingo, 30 de abril, ao pequeno-almoço de domingo, 7 de maio, (com almoços tipo picnic e um jantar festivo);
inscrição no encontro, guias voluntários da FEEC durante os percursos pedestres;
seguro de acidente pessoais e assistência em viagem;
gratificações e lembranças.

O preço não inclui - Os almoços dos domingos. Bebidas e demais despesas pessoais.

Suplemento para quarto individual - Os potenciais interessados devem manifestar esse interesse junto do clube, para posterior confirmação junto da organização catalã.

Cancelamento - Se a viagem for cancelada pelo participante até 1 de janeiro de 2016, o Clube devolverá as verbas pagas, com excepção de 75,00€ que servirão para despesas de cancelamento a que o Clube está obrigado. Após esta data não haverá lugar a reembolso, a não ser que haja possibilidade de substituição por um sócio em lista de espera ou, no caso de não existir lista de espera, por um sócio indicado pelo desistente.

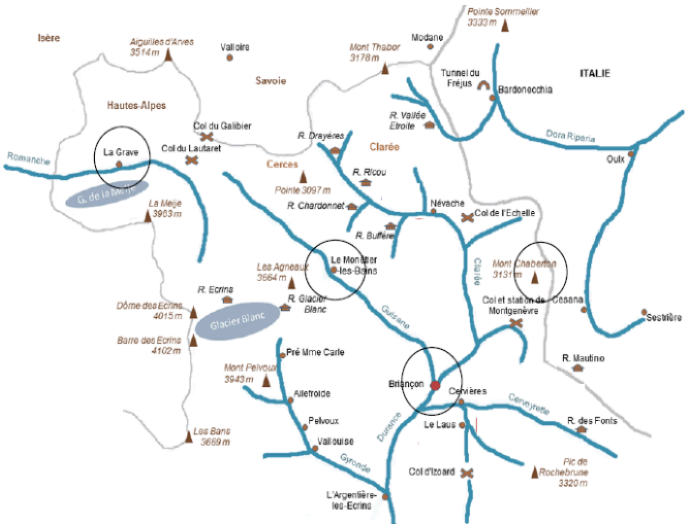
Muito importante - O Clube terá de abrir mão das reservas excedentárias pouco depois desta data, não podendo assim garantir vagas na actividade para além dela, mesmo que a capacidade inicialmente disponível não esgote. Por esse motivo os sócios interessados em participar devem realizar a sua inscrição no dia indicado, sem falta até ao final de novembro. Inscrições limitadas.



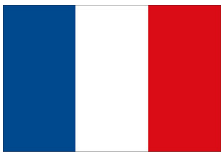
Trekking nos Alpes Franceses

19 a 27 de agosto

Oisans e Écrins



O Oisans e o Parque Nacional dos Écrins situam-se na região dos Hautes Alpes em França, conhecida como **o 'eldorado das caminhadas em montanha'.** Estaremos nesta nova incursão pela **maior cadeia montanhosa da Europa** cerca de 150km a sul da região de Aosta, onde estivemos em 2014, e a mais de 600km de Innsbruck, onde estivemos em 2016. A nossa actividade seguirá os moldes da de Aosta.



Os itinerários pedestres caracterizam-se por uma **grande beleza paisagística**, em ambiente de média e alta montanha. Dedicaremos três dias para percorrer outras tantas etapas do **GR 54, o mítico 'tour' do Oisans e dos Écrins.** O maciço dos Écrins é dominado pela 'Barre des Écrins' (4012m) e por 50 cumes com mais de 3000m. Os vales profundos, onde escoam as torrentes dos ribeiros, alimentados pelo degelo dos glaciares, conferem a este maciço um relevo muito pronunciado. É um importante domínio de montanhismo em França, depois do maciço do Monte Branco.

Geograficamente, a nossa actividade estender-se-á entre a **povoação de La Grave, na região do Oisans, e a região de Briançon,** separadas pelo **col de Lautaret** (2057m) e o **vale de La Guisane,** área de acesso à extensa estância de ski de Serre Chevalier, e local de passagem frequente do tour de França.

La Grave está situada a 1500m de altitude, no **vale de La Romanche.** A povoação é dominada a sul pelo imponente **maciço de La Meije,** segunda montanha mais alta do maciço dos Écrins (3982m), e pelos seus glaciares. O jardim botânico alpino do Lautaret, a 2100m de altitude, em frente aos glaciares da Meije, reúne mais de 2000 espécies de flores dos Alpes e das montanhas do mundo. **Briançon** situa-se a 1300m de altitude, a cidade mais alta de França. A sua proximidade da fronteira italiana conferiu-lhe o carácter

de uma cidade fortificada: **as suas fortificações de Vauban fazem parte do património da UNESCO.**

1º dia, 19 de agosto
Viagem de avião Lisboa - Milão e autocarro Milão - local de estadia, em Le Monêtier-les-Bains, no vale de La Guisane.

2º dia, 20 de agosto - Planalto de Emparis
Esta magnífica caminhada inicia-se na bonita **aldeia de Chazelet** (1800m), sobre a povoação de La Grave. Teremos uma subida do Chazelet até ao planalto. **O planalto de Emparis é considerado um dos locais mais bonitos dos Alpes.**
O percurso desenvolve-se sempre com **um panorama de sonho do maciço da Meije e dos seus glaciares,** seguindo o percurso do GR 54. Seguiremos até aos **lagos Lérié e Noir** onde, depois de uma pausa contemplativa, em que poderemos também avistar o **maciço das Grandes Rousses,** incluindo o Alpe d'Huez (passagem obrigatória do tour de França), passaremos pelo **col do Souchet** (2450m) e regressaremos ao Chazelet.
Percorre-se cerca de 14km fazendo um desnível positivo acumulado de cerca de 750m.

3º dia, 21 de agosto - Col d'Arsine e glaciar d'Arsine
Retomamos o GR 54 em **Pont d'Arsine** (1667m), no vale de La Romanche, sob o maciço da Meije. Depois de uma primeira subida, **a caminhada desenrola-se entre belas montanhas** e é fascinante pela diversidade de pontos de interesse: **cascatas, pastagens, marmotas, moreias e lagos glaciares.**
Chegados ao col d'Arsine (2350m) podemos subir pela moreia ao **lago do glaciar d'Arsine** (2451m), e observar a parede frontal do glaciar, aninhado no imponente **Pic de Neige Cordier** (3614m). Ao lado, a **Montagne des Agneaux** (3664m).
Passado o col, descemos por um belo trilho, no meio de floresta na parte final, onde terminamos na **bonita aldeia de Le Casset** (1512m), no vale de La Guisane. Aqui podemos visitar a casa do Parque Nacional dos Écrins.
Distância percorrida: cerca de 17km, desnível positivo acumulado aproximadamente 780m.

4º dia, 22 de agosto - Mont Chaberton
O Chaberton (3131m) está localizado perto da fronteira com a Itália, de que fazia parte até 1947. Os italianos construíram no seu cimo um conjunto de baterias de canhões, dirigidas para Briançon e para a passagem fronteiriça do col de Montgenèvre. Era conhecido como **o 'couraçado das nuvens'.** Depois da segunda guerra mundial foi anexado pela França. Ainda hoje se podem ver as torres das baterias nas ruínas do forte.
A subida até ao cimo é longa, mas merece inteiramente a pena: **a vista circular sobre os Alpes é soberba,** em particular para oeste sobre os cumes e os glaciares dos Écrins. Temos 1290m de desnível positivo no total (distância 14,1km), dos quais 885m até ao col do Chaberton (distância 10,4km), de onde já se pode apreciar a vista sobre os Écrins próximos.

5º dia, 23 de agosto - Briançon
Dia dedicado a Briançon. Dia livre para visitar a cidade. **Espera-nos um passeio notável, descendo do Fort des Têtes à cidade fortificada de Vauban.** O recheio intramuros revela inúmeros tesouros, a descobrir ao longo das suas ruelas e das suas muralhas, de onde se podem apreciar as vistas magníficas sobre os vales ao seu redor.

6º dia, 24 de agosto - Glaciar de la Girose
Neste dia subimos de teleférico de La Grave até ao glaciar de la Girose (3200-3600m), no maciço da Meije, onde poderemos apreciar o **extenso e fantástico panorama de neve e gelo.** Aqui teremos ocasião de **andar um pouco sobre o glaciar,** se as condições atmosféricas e de terreno o permitirem, enquadrados por um guia local que nos falará sobre as suas características. Depois descemos até à estação intermédia do teleférico, onde iniciaremos a nossa caminhada de **descida para o vale da Romanche, de regresso a La Grave.**

7º dia, 25 de agosto - De Monêtier-les-Bains a Vallouise
Esta etapa do GR54 parte de **Le Monêtier-les-Bains** (1490m) e tem o ponto culminante no **col de l'Eychauda** (2425m), ao pé dos **glaciares do Dôme de Monêtier.** A parte inicial desta **subida será feita em teleférico** (desnível cerca de 700m). Teremos como pano de fundo a **Montagne des Agneaux.**
Passado o col, dominado por cumes montanhosos, teremos uma descida longa e agradável em direcção a **Vallouise** (1166m), pelo **Vallon de Chambran,** aninhado em colinas verdejantes e onde o pastoralismo está presente. À passagem pela **comuna de Pelvoux, com as suas aldeias características,** impõe-se o pico do mesmo nome, um dos cumes mais altos dos Écrins (3943m). Distância total cerca de 14,5km.

8º dia, 26 de agosto - Grande Lago de Monêtier
Também chamada de **'volta das arestas de Bruyère',** esta caminhada, que nos leva ao **Grande Lago de Monêtier,** é um percurso clássico da região de Briançon, com a possibilidade adicional de observar de perto o **ibex dos Alpes** (uma espécie de cabra em estado selvagem), abundante na zona desde a sua reintrodução no início dos anos 60.
Partindo de **Pont de l'Alpe,** a poucos quilómetros de Monêtier, começamos a **andar ao longo da torrente do Rif até às cabanas do Alpe du Lauzet.** Daí continuamos a subir em direcção a norte até descobrirmos o Grande Lago, alguns metros abaixo. Após o descanso junto ao lago, de onde os ibex podem ser observados mais perto ou mais longe, o regresso pode ser feito pelo mesmo caminho ou por uma alternativa com alguma adrenalina...
Percurso com uma extensão de 9km e 730m de desnível (altitude máxima 2425 m).

9º dia, 27 de agosto
Viagem de regresso: autocarro do local de estadia para Milão e avião Milão- Lisboa.

Alojamento e alimentação
Ficaremos alojados em **Le Monêtier-les-Bains, no vale de La Guisane,** rodeados pelas suas aldeias e pelas suas montanhas. O alojamento será em **quarto duplo** em regime de meia-pensão **(inclui pequeno almoço e jantar).** Teremos também **picnic** para levar nas actividades diárias.

Inscrições
As inscrições serão realizadas na sede do Clube, no próximo dia **26 de novembro de 2016, sábado, entre as 14h00 e as 17h00.** Cada sócio poderá inscrever-se a si e ao seu agregado familiar, e outro sócio.

Preço e plano de pagamentos
A viagem tem o custo total de **1265,00€ por participante,** com o seguinte plano de pagamentos:

no momento da inscrição deverão ser pagos **131,00€**; nos meses seguintes (dezembro, janeiro, fevereiro, março, abril, maio, junho, julho e agosto - 9 prestações), sempre no dia 29 de cada mês, deverão ser pagos **126,00€** por mês.

O preço inclui

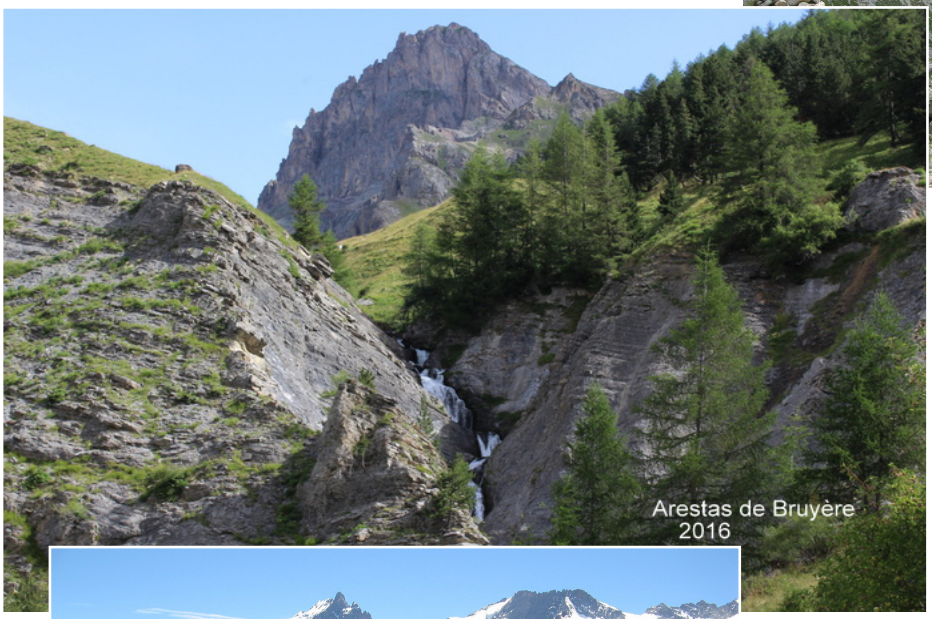
Voos TAP Lisboa-Milão-Lisboa, em classe económica;
taxas de aeroporto e combustível no montante previsto à data de orçamentação da actividade; transporte terrestre em autocarro de acordo com o programa;
todos os meios mecânicos a serem utilizados no programa;
guia local na actividade no glaciar de La Girose;
alojamento de 8 noites em hotel, em quarto duplo;
pequenos-almoços, almoços tipo picnic e jantares (excluindo bebidas);
seguro de acidentes pessoal e assistência em viagem;
gratificações.

Cancelamento - Se a viagem for cancelada pelo participante **até 1 de abril de 2016,** o Clube devolverá as verbas pagas, com excepção de **75,00€ que servirão para despesas de cancelamento a que o Clube está obrigado.** Após esta data não haverá lugar a reembolso, a não ser que haja possibilidade de substituição por um sócio em lista de espera ou, no caso de não existir lista de espera, por um sócio indicado pelo desistente.

Muito Importante - O Clube terá de abrir mão das reservas excedentárias pouco depois desta data, não podendo assim garantir vagas na actividade para além dela, mesmo que a capacidade inicialmente disponível não esgote. Por esse motivo os sócios interessados em participar devem realizar a sua inscrição no dia indicado, sem falta até ao final de novembro. **Inscrições limitadas**.

Nota final

Alterações ao programa poderão ser feitas por força das circunstâncias, nomeadamente questões meteorológicas e avarias mecânicas.



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

Presidente: Carlos Amaral
Centro Associativo do Calhau
Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

NIB 003507360001660883032
Conta - 0736 016608 830 - CGD S. Domingos de Benfica

Tel.: 217 788 372 Tlm: 966 295 260
caal@mail.telepac.pt www.clubearlivre.org
Horário de expediente 3a, 4a e 5a feira das 13h30 às 18h00