



II Catalonia Trek Festival

Por terras do sul da Catalunha (Tarragona), longe das rotas batidas

1 a 10 de maio 2020

No âmbito das comemorações do centenário da sua federação - **FEEC** - os nossos conhecidos amigos catalães têm a coragem de voltar a organizar um **grande encontro festivo de praticantes de todo o continente**, mais uma vez sob a égide da **federação europeia ERA -European Ramblers Association**.

Desta vez o território escolhido fica no sul da Catalunha, na província de Tarragona.

Temos assim uma oportunidade única de partir à descoberta dos mais notáveis locais desta **zona pouco conhecida**, num programa que combina litoral com interior e natureza com património, **dos mais belos recantos da serra de Montsant ao delta do Ebro, da icónica Siurana (porventura a mais bela aldeia da Catalunha profunda) ao mosteiro de Poblet (património da humanidade UNESCO).**

O festival segue o sobejamente conhecido padrão das **iniciativas internacionais promovidas pela ERA** (vamos para a nossa décima participação!), com **caminhadas pouco extensas** e acessíveis à generalidade dos sócios, **alguns dias predominantemente culturais**, ambiente de **convívio entre os participantes** oriundos de toda a Europa, **alojamento confortável e preço subsidiado**, tudo isso assente no insuperável conhecimento do território detido pelo anfitrião local, neste caso gente boa e com provas dadas, que será responsável pela gestão no terreno.

Uma vez que o programa oficial tem início no final da tarde de domingo, o CAAL assegurou em exclusivo dois dias de extensão, de forma a aproveitar o fim de semana prolongado para melhor explorar esta região da Catalunha desconhecida

Programa indicativo

1 de maio, sexta-feira (feriado nacional)

Comparência no aeroporto de Lisboa e partida ao final da tarde para Barcelona, em voo TAP. Autocarro para o destino (aprox. 95km). Chegada noturna ao hotel.

2 de maio - L'Ametlla de Mar

Começamos o programa catalão de 2020 tal como acabámos o de 2017: com uma **caminhada costeira no E12, o trilho europeu de longa rota** que segue o litoral mediterrânico, desta vez uns bons 200 quilómetros mais para sul... O troço entre a povoação piscatória de L'Ametlla de Mar e a praia de Perelló, imediatamente a norte do delta do Ebro, é um clássico da região, pois **percorre um dos mais belos segmentos do litoral da Catalunha**, proporcionando um autêntico balcão sobre o mar. Será um percurso ao longo de uma faixa costeira francamente bem conservada, em que falésias recortadas definem **enseadas de tonalidade esmeralda** onde o arvoredado desce até à beira da água, numa paisagem tipicamente mediterrânica. Distância - 12km.

Percurso ondulado alegadamente de dificuldade 'média' (para os padrões da ERA...).

3 de maio - Garganta de Fraguerau

A **serra de Montsant** é um dos espaços naturais mais singulares da Catalunha. Este maciço rochoso apresenta-se profundamente moldado pela erosão, numa cénica sucessão de **faces abruptas e gargantas profundas**. Partindo das cercanias de Ulldemolins, **vamos percorrer um troço de uma variante do caminho de Santiago catalão - GR65.5** - até Sant Bartolomeu de Fraguerau, uma singela capela e eremitério medieval que ocupa **um dos locais mais mágicos e isolados da serra**. O percurso decorre ao longo do rio Montsant, na base de paredes rochosas compostas pela sobreposição de inúmeras formas arredondadas, cujo conjunto define uma **paisagem espectacular**.

Percurso acessível com 3,50 horas de duração (mais paragens).

4 de maio - Mosteiro de Poblet e aldeia medieval de **Montblanc**. A **'Costa Daurada'** foi um importante centro cultural na Idade Média, em parte por influência da forte presença da Ordem de Cister no condado de Tarragona. Dos 3 mosteiros que construíram na região, **Poblet é claramente o mais famoso e monumental**. Trata-se de um complexo de grande dimensão e qualidade arquitetónica, erguido sob a protecção dos monarcas da confederação Catalã-Aragonesa, particularmente de Pedro III que o escolheu para panteão real. No seu auge, Poblet albergou a maior de todas as comunidades cistercienses. Chegou aos nossos dias praticamente intacto, tendo sido declarado **património da humanidade pela UNESCO** em 1991. Chegaremos a Poblet a pé, graças a um **bem pequenino percurso ao longo do GR 175** (a Rota Cisterciense), a partir da vizinha aldeia de Espluga.

A visita ao mosteiro é o prato forte do dia. O programa é completado com um circuito guiado na aldeia medieval muralhada de **Montblanc**, cujo rico património artístico - com destaque para a **imponente igreja de Santa Maria** - será adequado cenário para uma introdução aos eventos mais marcantes da história da nação catalã.

5 de maio - Parque Natural do Delta do Ebro

Com uma área de 320km², **o delta do Ebro é a maior zona húmida da Catalunha** e o segundo mais importante habitat aquático do Mediterrâneo ocidental, logo depois da Camargue. Encontrar um equilíbrio harmonioso entre o meio natural e a actividade humana nunca foi uma tarefa fácil, mas ainda assim o seu enorme valor ambiental perdura, resistindo às pressões e interesses de agentes económicos diversos, com destaque para o cultivo intensivo do arroz. O programa propõe uma **visita ao centro de interpretação do delta**, que explica o essencial sobre este ecossistema único pro-

tegiado pela convenção de Ramsar, seguido de um **fácil percurso pedestre entre Riumar e o cais fluvial do parque**. Riumar possui uma praia de areia fina bordeada por belas dunas que se estendem por alguns quilómetros ao longo da parte oriental do delta, formando um dos raros sistemas dunares da Catalunha. Ao longo do **caminho, boa parte sobre passadiço**, existem vários pontos de observação da **avifauna** (95 espécies residentes; mais de 300 migratórias, incluindo a maior população mundial de gaivotas de Audouin e os sempre vistosos flamingos).

O dia culmina com o clássico 'cruzeiro' no delta, com direito a refeição a bordo, inevitavelmente envolvendo 'paella'...

6 de maio - Siurana

O castelo de Siurana foi, por larga margem, o último baluarte islâmico no nordeste da península ibérica. Algo que não causa espanto, tendo em conta a sua localização geográfica, num extremo da serra de Prades e no topo de uma plataforma que mais parece uma península, rodeada por escarpas abruptas que na época o tornavam quase inexpugnável. **A extrema dificuldade da sua conquista deu origem a lendas famosas**, como a da princesa Abdelazia, que preferiu a morte - em grande estilo... - ao cativeiro cristão.

A caminhada proposta não garante mours encantadas cavalgando desnudas, mas permite descobrir duas das ancestrais vias de aproximação a este **local único e fascinante**, outrora capital administrativa de um vasto território e hoje remota aldeia histórica com cerca de quarenta habitantes. **O trilho de La Trona é pouco extenso mas absolutamente extraordinário**, pelas suas vistas panorâmicas, as paredes rochosas verticais e o seu passado medieval. Embora sendo aéreo não é exposto, pelo que a progressão não apresenta dificuldade. **Siurana é sem dúvida um dos lugares mais notáveis da Catalunha**, pelo que no final da actividade haverá tempo livre para a explorar.

Neste dia, quarta-feira, haverá um **jantar com todos os participantes no encontro**, em ambiente festivo, como é característico destas organizações da ERA.

7 de maio - De Altafulla a Tarragona

Regressamos ao E12 para percorrer outro percurso incontornável do sul da Catalunha. **Vamos caminhar da foz do rio Gaià até à Praia Grande** da própria cidade, através de um litoral de grande beleza e passando por locais únicos como o **castelo de Tamarit** ou as **enseadas de Roca Plana e Cala Fonda**. Tamarit, um dos ex-libris mais clássicos de Tarragona, é uma imponente edificação senhorial construída à beira-mar que remonta ao século XI. Trata-se de uma estrutura singular, que **conserva a traça românica original** e possui uma história atribulada, em que a função militar alterna com registos mais palacianos.

Outro ponto de interesse nesta caminhada é a chamada **Mata da Marquesa** que, apesar de se situar às portas da cidade, constitui **um valioso espaço natural e um oásis de tranquilidade**. Salva da especulação imobiliária pela teimosia da proprietária (a falecida marquesa de Tamarit), a mata preserva uma rara mancha de vegetação natural da 'Costa Daurada', com abundância de pinheiros de Aleppo nas zonas abrigadas e manchas de genuíno 'maquis' mediterrânico junto ao mar (onde predomina o junípero), ambos devidamente moldados pelo 'garbi' (vento marítimo do sudoeste, associado a condições de borrasca).

Percurso com 9km de extensão, sem desníveis significativos.

8 de maio - Do Modernismo Catalão de Reus à arquitetura popular de Montroig

Com as suas formas sensuais, motivos orgânicos, cores exuberantes e abundância de fantasia, **o Modernismo sempre assumiu uma forte personalidade na Catalunha**. De tal forma que podemos falar em Modernismo Catalão, enquanto estilo com identidade própria, sem questionar as afinidades com os demais modernismos europeus, como a 'Art Nouveau', o 'Jugendstil' ou o 'Liberty'. Para além de Barcelona, onde alcançou fama mundial, **outro dos epicentros deste movimento artístico que marca a transição do século XIX para o século XX é a cidade de Reus** - a segunda maior da província de Tarragona - muito pelo mérito dos contributos de grandes mestres como Antonio Gaudí, Lluís Domènech ou Josep Cadafalch.

A Rota Modernista de Reus vai levar-nos à descoberta de 26 interessantes edifícios dessa época, numa **agradável caminhada pelo centro urbano**. Destacam-se obras notáveis como o Instituto Pere Mata, a Casa Navàs a Casa Rull ou a Casa Gasull. Depois do almoço mudamos completamente de registo, embora continuando a ter como tema a arte e o engenho das edificações humanas. Rumamos à **zona de Montroig**, cuja paisagem agrícola é famosa pela quantidade, qualidade e variedade das suas **construções ancestrais em pedra seca** (sem recurso a qualquer tipo de argamassa). As suas 141 'barraques' bem preservadas são um excelente mostuário da criatividade, sabedoria e técnicas desta forma tradicional de construção do sul da Europa, recentemente classificada pela UNESCO como **Património Imaterial da Humanidade** (2018). Algumas das estruturas que vamos descobrir possuem estatuto legal de monumento.

9 de maio - A região demarcada do Priorat

Cobre uma área de 20.000 hectares, mas nem um décimo estão ocupados por vinhas. **A paisagem é francamente rude** - 'cataclísmica' nas palavras de Josep Pla, o maior escritor catalão do século XX. O cultivo é árduo, exigente e dispendioso. A produção é escassa. A maioria dos produtores tradicionais não vai além de uns poucos milhares de garrafas por colheita. Mas as uvas são excepcionais e, nas mãos certas, proporcionam vinhos duma extraordinária complexidade e carácter único, aclamados no mundo inteiro, **sem qualquer dúvida os melhores tintos da Catalunha**.

Vamos caminhar entre as aldeias de Cabacés e Vilella, **no coração da região demarcada** com o nível máximo da classificação legal espanhola (DOCa), apenas existente aqui e em Rioja. **Um trilho antigo, sem dificuldade**, leva-nos à descoberta deste território onde impera a paixão pelo vinho. Terminaremos a nossa actividade com uma **visita à adega Buil & Giné, onde teremos oportunidade de provar 'in situ' os vinhos do Priorat**, acompanhados de 'tapas' preparadas com produtos locais.

10 de maio, domingo

Manhã livre para alguma última exploração pessoal (Tarragona, com o seu considerável património romano, ou Reus, que ficam a uma escassa dúzia de quilómetros do hotel).

Logo após a hora do almoço, saída em autocarro para o aeroporto de Barcelona e voo de regresso a Portugal. Chegada a Lisboa prevista para a hora de jantar.

A ter em conta - Este programa é indicativo. A sequência dos dias terá de ser confirmada pela organização catalã. Embora pouco provável, não se exclui a possibilidade de alguma troca pontual com outro dos interessantes percursos diários disponíveis no programa do festival.

Alojamento - Ficaremos instalados em **Cap Salou**, a distância

pedonal da concorrida estância balnear de Salou, mas ainda assim em posição excêntrica relativamente à zona de maior reboliço. **O hotel escolhido pela organização catalã é o Best Cap Salou**, normalmente uma grande unidade de turismo de massas, que nesta quadra estará por conta dos caminheiros. Fica em primeira linha de mar e possui condições de conforto tipo 3 estrelas.

Alimentação - Regime geral de **meia pensão no hotel e picnics de mochila para o almoço**, com as exceções favoráveis referidas no programa.

Preço – 1.230€

O preço inclui:

- Voo regular TAP Lisboa - Barcelona - Lisboa
- Taxas de aeroporto e combustível no montante em vigor à data do lançamento da actividade
- 9 noites de alojamento no hotel de Cap Salou, em **quarto duplo - Pensão completa do pequeno-almoço de 2 de Maio ao jantar de 9 de Maio**, com almoços tipo picnic de mochila
- 1 jantar de grupo festivo em Salou
- Autocarro conforme o programa
- Caminhadas e percursos com guias voluntários da FEEC
- Inscrição no II Catalonia Trek Festival
- Passeio de barco no delta do Ebro, com almoço de 'paella' incluindo vinho
- Prova de vinhos e 'tapas' em adega da região demarcada do Priorat
- Entrada no mosteiro de Poblet
- Seguro de acidentes pessoais e assistência em viagem.

O preço não inclui: Bebidas e despesas pessoais. Eventuais variações significativas nas taxas aeroportuárias e de combustível, que possam ocorrer entre a data do lançamento da actividade e a emissão dos bilhetes de avião. Tudo o que não foi referido no ponto anterior.

Plano de pagamentos

Dada a proximidade temporal da realização da actividade, o Clube vai estender a possibilidade de pagamento de prestações para além da data da partida. Desta forma no momento da inscrição deverá ser paga uma **entrada de 230€**, seguida de **5 prestações mensais no valor de 200€**, de março a julho, sempre até ao dia 28 de cada mês.

Suplemento para quarto individual - 150€

Inscrições

As inscrições vão ter lugar no dia **27 de fevereiro, quinta-feira, entre as 18 e as 20 horas**, na sede do Clube. Inscrições limitadas. Dados os prazos definidos pela organização catalã, o Clube não pode garantir a disponibilidade de lugares para além do dia 10 de março, mesmo que a capacidade existente à partida não seja preenchida.

Cada sócio pode inscrever-se a si próprio e ao seu agregado familiar ou outro sócio.

As Flores e o Corvo

O CAAL regressa ao grupo ocidental dos Açores

1ª Actividade - De 18 a 25 de Julho

2ª Actividade - De 29 de Agosto a 5 de Setembro

Passaram 20 anos. É tempo do CAAL retornar às Flores e ao Corvo.

Devido às limitações da capacidade hoteleira disponível durante a **época alta** do turismo, **vamos realizar duas actividades iguais com grupos de pequena dimensão**, uma de 18/07 a 25/07 e outra de 29/08 a 05/09.

Alojamento e Alimentação: Iremos ficar alojados no **Inatel** das Flores, em Santa Cruz, **a melhor unidade hoteleira da ilha**, em **regime de meia-pensão** (pequeno almoço e jantar). Os almoços serão do tipo piquenique, podendo ser fornecidos pelo hotel (não incluído no preço) ou providenciados pelos próprios.

<https://hoteis.inatel.pt/pt/Menu/Hoteis-Alojamento/Natureza/Flores/Inatel-Flores-Hotel.aspx>

Transporte terrestre: Para dispormos de maior flexibilidade, iremos utilizar **viaturas ligeiras de aluguer** nas nossas curtas deslocções pela ilha.

Meteorologia: Como é do conhecimento geral, **as Flores e o Corvo são ilhas de grande beleza** mas caracterizadas por **condições atmosféricas muito variadas**, pelo que o programa do dia a dia será gerido em função da meteorologia. Mesmo no Verão, os voos de e para as Flores são propensos a atrasos e cancelamentos, por motivos climáticos ou operacionais.

Programa indicativo das actividades

- Visitar as duas principais povoações da ilha das Flores - **Santa Cruz e Lajes**.

- **Percorrer os 4 PRs** (percursos de pequena rota) existentes na ilha e dois trechos do seu **GR** (percurso de grande rota). Consultar –

<http://trails.visitadores.com/pt-pt/trilhos-dos-acoreshlores>

- Visitar os **espaços museológicos** das Flores e do Corvo, bem como **miradouros** e igrejas abertas.

- Visitar os principais **atrativos naturais** não incluídos nos trilhos a realizar (ex: Morro Alto, diversas lagoas, etc), assim como algumas **pequenas povoações tradicionais**.

- Dispor de **tempo livre**, nomeadamente para desfrutar das **zonas balneares** e convívio.

Corvo

Haverá um **dia dedicado à ilha do Corvo (viagem de barco)**, com visita à magnífica cratera do **Caldeirão** e sua lagoa, assim como à mais pequena sede de concelho de Portugal – **Vila Nova do Corvo**. Durante a travessia marítima iremos também ver as **grutas e cascatas** da costa nordeste da Ilha das Flores.

Transporte aéreo:

Considerando o possível interesse dos companheiros em prolongar a viagem a seu gosto por outras ilhas dos Açores - antes ou depois da actividade - **optou-se por deixar ao cuidado de cada**

um a aquisição da passagem aérea (TAP e/ou SATA).

Chamamos a atenção para o facto de ambas as actividades terem início às **10h40** (horário previsto de chegada da organização CAAL ao **aeroporto das Flores**, no voo SATA 121 proveniente de Ponta Delgada, seguindo depois para o alojamento no Inatel), nos dias 18 de julho e 29 de agosto respetivamente.

Recomendações: Tendo em consideração a meteorologia destas ilhas, os companheiros deverão ir bem equipados para vários cenários, incluindo botas e bastões, não esquecendo o fato de banho e o protetor solar.

Mais informações:

[https://pt.wikipedia.org/wiki/Ilha_das_Flores\(A%C3%A7ores\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Ilha_das_Flores(A%C3%A7ores))
[https://pt.wikipedia.org/wiki/Corvo_\(A%C3%A7ores\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Corvo_(A%C3%A7ores))

Preço: 765€

O preço inclui: 7 noites de alojamento em unidade hoteleira de categoria superior em regime de meia pensão; transporte terrestre na ilha das Flores de acordo com o programa, em viatura de aluguer, com o respetivo seguro e combustível, transporte marítimo i/v para a ilha do Corvo, transporte terrestre na ilha do Corvo para o Caldeirão; as entradas nos espaços museológicos, seguro de acidentes pessoais e assistência em viagem, do aeroporto das Flores ao aeroporto das Flores; despesas de reconhecimento.

O preço não inclui: o transporte aéreo de e para as Flores, qualquer seguro que abranja essa viagem aérea; bebidas e despesas pessoais; tudo o que não esteja mencionado na secção anterior.

Plano de pagamentos: 1 entrada no montante de 165€ no momento de inscrição, seguida de 4 prestações mensais no montante de 150€, de abril a julho, sendo as 3 primeiras até ao dia 28 do respetivo mês e a última até ao dia 15 de julho.

Inscrições: No dia **10 de março, terça, das 18h00 às 20h00** na sede do Clube. Inscrições limitadas a **20 participantes por atividade**.

Cada sócio pode inscrever-se a si próprio e ao seu agregado familiar ou outro sócio.

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

Presidente: Maria João Martins

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

NIB 003507360001660883032

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

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