



TOSCANA

Capraia: l'isola delle sensazioni

me 8 - do 12 set 5 giorni

Un'isola unica dove scoprire suoni, profumi, sapori, colori. E un viaggio tra i capraiesi, italo-corsi un tempo noti come "homini de mala conditione". I panorami sulla Corsica e sulle altre isole, le grida dei Gabbiani reali e dei Corvi imperiali, il totale silenzio che nella parte ovest dell'isola regna sovrano, gli odori del mirto e dell'elicriso, il gelato artigianale di latte di capra. La Capraia possiede l'unico lago naturale delle 7 isole dell'arcipelago, le rovine di un periodo in cui era Colonia Agricola Penale con i suoi detenuti e la sua storia, il caratteristico formaggio di capra, il solo animale allevato. Unica isola vulcanica dell'Arcipelago esprime la sua natura alla Cala dello Zenobito, dove il rosso acceso della lava millenaria contrasta con il verde smeraldo dell'acqua, sotto la sorveglianza dell'antica torre genovese che si erge sul promontorio.



A BASE FISSA

Vi era una placidità carezzevole in tutta l'aria, in quel luogo sperduto, e come un sentimento che era bello per l'anima esser laggiù.

David Herbert Lawrence

IL PERCORSO

Me 8 Il paese e l'isola.

Arrivo sull'isola. Sistemazione in appartamento. Visita storica del Paese e breve escursione a Cala dello Zurletto. Cena in agriturismo nel cuore della colonia affacciata sulla Cala di Portovecchio e assaggi di prodotti locali (miele, liquori, marmellate).

Gi 9 Cala del Ceppo, giro dell'isola in barca

3 ore, 320m in salita

Esploriamo la parte sud-est dell'isola fino alla Cala del Ceppo, passando dall'azienda vitivinicola e dalla chiesa di S. Stefano Protomartire e proseguendo con un suggestivo sentiero in una valle ricca di profumi mediterranei. Possibilità di effettuare il giro in barca dell'isola per ammirare Cala Rossa, una delle bellezze più incredibili dell'arcipelago.

Ve 10 Monte Penne e Colonia Penale

6 ore, 650m in salita

Esploriamo la parte centro-settentrionale di Capraia, pranzo al sacco presso lo Stagnone. Dal Monte Penne si gode uno spettacolare panorama sul lato ovest dell'isola e sulla Corsica. Si rientra dalla ex Colonia penale.

Sa 11 La Torre dello Zenobito e il Monte Arpagna

6 ore, 800 m circa in salita

La suggestiva Torre dello Zenobito ci aspetta, passando dalla cima del Monte Arpagna con la sua scogliera rossa a precipizio sul mare color smeraldo, uno degli spettacoli più belli di tutto l'Arcipelago Toscano nella magia di un paesaggio selvaggio e d'altri tempi. Giornata impegnativa.

Do 12 Ultimi scorci dell'isola: la Torre della Regina

4 ore 200 m in salita

Un incantevole sentiero che attraverso l'area dismessa della Colonia penale conduce nella parte nord dell'isola per arrivare all'antica torre genovese a strapiombo sul mare. Rientro al Porto e partenza.

Guida: Francesca Uluhogian

Parco nazionale dell'arcipelago toscano

Ritrovo: al Porto mediceo di Livorno mer 8 alle 12, partenza in traghetto alle 13, arrivo sull'isola alle 15,30.

Fine: dom 12 al Porto di Livorno alle 20. Per chi avesse necessità, è possibile pernottare domenica a Livorno (chiedi in segreteria) o a Capraia (il traghetto del lunedì parte dall'isola alle 11,30 con arrivo a Livorno alle 14).

Cammino: si cammina per 4/6 ore al giorno su stradine e sentieri senza difficoltà tecniche con dislivelli medi, fino a 800m (il terzo giorno) per cui c'è da tenere comunque conto della possibilità di fare un po' di fatica.

Notti: camere da 2/4 posti in appartamenti.

Pasti: sera nei ristoranti dell'isola, pranzo al sacco.

Cosa portare: zaino, scarponi da trekking, mantella per la pioggia, borraccia, costume e telo mare. Non sono necessari asciugamani e lenzuola. *La lista completa viene fornita al momento dell'iscrizione.*

Difficoltà: 1 su 4. Si tratta di un viaggio a base fissa. Si cammina perciò senza zaino. Ciò facilita il viaggio. Dati i dislivelli, consigliamo comunque di fare un po' di allenamento.

Quota: € 145 **Iscrizione** annuale a TraTerraCielo € 26 (comprende assicurazione).

Spese previste: € 300 (mangiare, dormire, traghetto A/R).

Iscrizioni: in segreteria (recapiti in fondo alla pagina) **Entro** lun 30 agosto 2010 **Iscritti per tempo** Per chi si iscrive entro dom 8 ago: quota € 130,5 (sconto 10%!)

Note: il percorso può subire modifiche, in base alle condizioni atmosferiche, agli orari dei traghetti o alle necessità del momento.