



TOSCANA

Capraia: l'isola delle sensazioni

gi 22 - do 25 apr 4 gg - 3 nn

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.



In primavera

*Sciroccu chiaru, tramuntana scura
mettati in mare e nunn avé paura.
Proverbio capraiese*

IL PERCORSO

Gi 22 Il paese e la storia dell'isola.

Arrivo sull'isola. Sistemazione in appartamento. Visita storica del paese di Capraia (2 ore).

Ve 23 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.

Sa 24 La Torre dello Zenobito e il Monte Arpagna 6 ore, 800 m ca. 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 25: Secondo l'ora di partenza del traghetto prima del rientro al porto per la partenza due possibilità:

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.

La Torre della Regina

4 ore 200 m in salita

Un incantevole sentiero che attraverso l'area dismessa della Colonia penale ci condurrà nella parte

nord dell'isola per arrivare all'antica torre genovese a strapiombo sul mare.

Guida: Francesca Uluhogian

Parco nazionale dell'arcipelago toscano

Ritrovo: al Porto mediceo di Livorno gi 22 in orario da stabilire appena la Toremar pubblicherà gli orari.

Rientro: dom 25 al Porto di Livorno in orario da stabilire appena la Toremar pubblicherà gli orari.

Cammino: si cammina per 4\6 ore al giorno su stradine e sentieri senza difficoltà tecniche con dislivello max di 800m il terzo giorno.

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. 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. In alcuni casi può capitare di dover condividere la camera. Il viaggio richiede comunque un po' di allenamento, voglia e consapevolezza delle proprie capacità di adattamento.

Quota: € 120 **Iscrizione** annuale a TraTerraCielo € 26 (comprende assicurazione).

Spese previste: € 250 (mangiare, dormire, traghetto A/R).

Iscrizioni: in segreteria (recapiti in fondo alla pagina)

Entro lu 12 apr 2010 **Iscritti per tempo** Per chi si iscrive entro lu 22 mar: quota € 108 (sconto 10%!)

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