

## TREKKING NELL' EPIRO E METEORA- GRECIA NORD-OCCIDENTALE programma 2

Da sabato 30 Maggio a sabato 6 Giugno 2015

punti forti: ci muoviamo nel parco Nazionale Vikos-Aoos

visitiamo Meteora dichiarato Patrimonio dell'Umanità

**1. Giorno: Arrivo a Igoumenitsa** e transfert lungo la splendida costa, con spiagge bianche e le calette con acqua azzurro cristallina. Vedremo paesi turistici famosi come Sivota, Plataria, Perika e alloggeremo nel nostro albergo con vista sulle Isole Corfù e Paxos.

**2. Giorno: Parga: Fortezza Antoussa - Parga:** Partenza dall' hotel per raggiungere una collina con vista sul mare. Qui troviamo i resti del castello di Ali Pasha sovrastante un mare cristallino. La sua fortezza sovrastante il Golfo di Parga ha una lunga storia di occupazioni vari: Normanni, veneziani, turchi e francesi. Nel romantico centro storico si respira un'aria cosmopolita per i molti visitatori che arrivano in estate. Bagno e ritorno in Hotel. (Durata cammino 4 ore, dislivello 0 +/- 400 m)

**3. Giorno: Gliki - Fiume Acheron - Souli - fortezza Kapha :** Con il bus privato ci inoltriamo nell' interno con molte pianure con zone umide verdi, laghi e colline. Un paesaggio molto rurale e ancora intatto. Potremmo osservare qualche nido di cigogne o altri uccelli selvatici. Arrivati al paese Gliki con le sue villette con giardini splendidi, partiamo a piedi e seguiremo prima il fiume Acheron con le sue acque gelide di azzurro chiaro. Qui la Mitologia greca racconta che attraverso un tunnel si giungeva nel mondo dell'"Hade", dove si potevano contattare i defunti. Ritorno in Hotel (Durata cammino 5-6 ore, dislivello +/-600 m accumulativo).

**4. Giorno: Monodentri - Gola di Vikos:** Partenza con il bus privato via Ioannina per arrivare nelle Montagne della Zagoria. Partenza da Monodentri un paese tradizionale all' entrata della gola. Visita del paese e del Monastero Agia Paraskevi e partenza a piedi attraverso la profonda gola di Viko, dove sorge il fiume gelido "Voidomatis" saliamo fino al paese Megalo Papingo (920 m altitudine) e pernosteremo nel Parco Nazionale Vikos-Aoos. Ci troviamo in un scenario unico! Di fronte a noi le 5 "torri" o vette del spettacolare Monte Astraka e Monte -Mitsikeli. Pernottamento in una pensione tipica. (Durata cammino 5-6 ore, dislivello 700 m+ accumulativi).

**5. Giorno: Salita al rifugio Astraka a 1900 m:** partiamo a piedi per raggiungere prima il paesino Mikro Papingo 970 m e da lì il sentiero ci porta su un bell'altipiano dove si trova il lago alpino Xeroloutsas (2100) m, non lontano dal rifugio Astraka. Nelle acque gelide del lago vivono ancora dei tritoni alpini, anfibi che assomigliano a piccoli draghi. Nel parco vive ancora l'orso bruno, camoscio e il cinghiale e una ricca avifauna. Tutta la zona del Parco presenta una biodiversità unica in Grecia di piante e insetti rari. Pernottamento in Rifugio Astraka.

--(Su richiesta si può salire sul Astraka 2431m con una guida alpina, costo aggiuntivo. Durata 6 ore, salita 1400 m +/-). Tempo meteorologico permettendo.

**6. Giorno: Mikropapingo -Grotta di Perama - Meteora:** Partenza presto dal Rifugio e ritorno a piedi fino

a valle. Prendiamo l' autobus e ci spostiamo attraverso dei paesaggi bellissimi fino a Metsovo, sulla strada troviamo la possibilita' di visitare una grotta spettacolare di stalactiti(facoltativo). La sera arriviamo a Kastraki dove dormiamo in Hotel di fronte ai Monasteri di Meteora.

**7. Giorno: La giornata è dedicata alla visita dei Monasteri di Meteora.** Una camminata suggestiva ci porta da un Monastero a Monastero. Visita di Megalo Meteora. Pernottamento a Hotel Kastraki.

**8. Giorno: Ci godiamo ancora un altro giorno di camminate a Meteora :** Verso le ore 16.00 partiamo per rientrare a Igoumenitsa dove tempo permettendo ceniamo in un locale sulla passeggiata marittima del capoluogo. Partenza con la nave da Igoumenitsa per Ancona la sera alle 23.00.

---

8 giorni e 7 notti in Hotel, rifugio in CD con pensione completa (a pranzo in forma di picnic).

8 giorni transfer e guida.

Entrata in Museo a Meteora,

incluso a cena 1/4 vino e 1/4 di acqua

---

INFO: Periodi ideali per i trekking Primavera Maggio- Giugno e fine Settembre - Ottobre-Novembre

La zona del` Epiro varia da paesaggi splendidi costieri e marini e ci porta fino alle catene di Montagne della Zagoria, le piu` alte della Grecia continentale.

**Punti forti: Ci muoveremo nella zona di Thesprotia nel Parco Nazionale di Vikos-Aoos e faremo visita a Meteora Patrimonio dell' Unesco.**