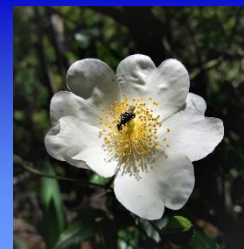




CALENDARIO ESCURSIONI ESTATE 2022



Legenda: **ESCURSIONE SERALE-NOTTURNA** (si parte intorno alle 18.00 e si rientra tra le 22.00 e le 23.00) - **ACQUATREK** (si cammina e si nuota in buona parte nell'acqua) - **EVENTO SPECIALE** (percorsi ed esperienze serali/notturne con attività particolari in collaborazione con altri soggetti) - **INCONTRO ESPERENZIALE** (appuntamento a tema in orario serale/notturno, in genere si cammina poco e si svolge una pratica in contatto col luogo) - **Legenda:** IF = IMPEGNO FISICO: basso/medio/impegnativo - L = LUNGHEZZA

★ **Sab 25 / Dom 26 Giugno** **UNA NOTTE SUL MONTE ARCUENTU** In ritiro sulla cima della montagna più magnetica del sud sotto la volta stellata dell'estate - (Con visita guidata alla Tomba dei Giganti di San Cosimo)

Bivacco notturno. Con **Ilaria Montis** e **Sardegna Sacra (Arbus)** IF: medio-impegnativo / L: 6 Km

★ **Sab 2 Luglio** **IS CADDAIAS - ACQUATREK NELLE ACQUE DEL FLUMENDOSA** Il più fantastico percorso acquatico tra laghi, cascate, gole e rocce bianche del più potente fiume dell'isola (**Seulo**) IF: medio / L: 5 Km

★ **Sab 9 Luglio** **MAGICA GIARA TRA LUCE E BUIO** Percorso sul filo della notte tra l'incanto della natura e il richiamo dei cavalli selvaggi (**Tuili**) IF: facile / L: 7 Km

★ **Sab 16 Luglio** **SA CRABARISSA - UN'ANTENNA VERSO IL CIELO** Serata esperienziale di pratiche energetiche intorno ad uno dei monumenti naturali più misteriosi e affascinanti dell'isola. In collaborazione con **Momi Zanda e Multidimensional (Austis)** IF: facile / L: 2 Km

★ **Sab 23 Luglio** **SABBIA, SOGNI E STELLE... ASPETTANDO L'ALBA** Un percorso al tramonto a piedi nudi nel deserto, una notte nell'abbraccio di alte dune bianche, un cammino all'alba fino al grande mare della Costa Verde - **Bivacco notturno.** (**Piscinas - Arbus**) IF: medio-facile / L: 3,5 Km

★ **Sab 30 Luglio** **SCENARI DI GRANITO SOTTO IL CIELO DEI SETTE FRATELLI** Escursione crepuscolare tra fantastici scenari di pietra e il brillare degli astri (**Sinnai**) IF: medio-facile / L: 5 Km

★ **Sab 13 Agosto** **FRATELLI DELLE STELLE** Una notte sotto l'ala del magico Arcuentu in contatto interiore con le altre realtà del Cosmo - In collaborazione con **Momi Zanda e Multidimensional (Arbus)** IF: medio-facile / L: 3 Km

★ **Sab 3 Settembre** **TAMBURI DI GUARIGIONE NEL CUORE DELLA TERRA** Esperienza nel sottosuolo in connessione con la Grande Madre al battito dei Tamburi di Medicina e avvolti dal canto dell'acqua (**Monti di Capoterra**) IF: medio-facile / L: 6 Km

★ **Sab 10 Settembre** **CANTO ALLA LUNA** Cerchio di coro armonico nelle Domus De Janas del Parco di Su Motti sotto l'influsso della Luna Piena in Pesci (**Orroli**) Breve e facile percorso a piedi.

★ **Sab 17 Settembre** **I DONI DELLA MONTAGNA SACRA** Cura dell'anima e ricerca di nuova visione tra i templi megalitici del Monte Santa Vittoria (**Esterzili**) Brevi tratti a piedi senza particolari difficoltà.

◆ Le **SCHEDE DETTAGLIATE** di ogni escursione vengono comunicate una settimana prima o su richiesta. ◆ Se siete interessati ad essere tenuti **informati regolarmente** comunicate i vostri recapiti e sarete inseriti in **rubrica**. ◆ **In-Itinere** propone periodicamente anche **eventi speciali** con collaborazioni esterne. ◆ E' possibile richiedere **escursioni, attività e programmi personalizzati**, individuali o per gruppi. ◆ Vedi la scheda **"NOTE GENERALI** per quote, modalità e indicazioni.

Massimo Bongini - Guida Ambientale Escursionistica

Mob.333.2099349 e-mail: masbongini@gmail.com www.facebook.com/initinerepercorsi

in-Itinere PERCORSI ED ESPERIENZE NELLA NATURA E NELLA STORIA DELLA SARDEGNA