



La
Via Lazio 26 – Montesilvano (Pe)

Promuove, in collaborazione con i sodalizi del
Cral Angelini Abruzzo - Cral Dipendenti Comune di Pescara
Cral Dipendenti Provincia di Pescara - Cral Dipendenti Regione Abruzzo
Cral INAIL Pescara - Cral INPS Pescara
Cral Procter & Gamble - Ass.ne LADOM Chieti - Ospedale Militare
Cral Gruppo Bancario MPS Regione Lazio

una settimana di vacanza di mare e cultura in

Sardegna (Alghero)

8 - 16 Agosto 2010 (9 giorni - 8 notti)

c/o il Green Sporting Club Hotel***



Alghero è sul mare ed al mare deve il suo nome. Città fortificata da possenti torri e mura cinquecentesche, è collocata in un contesto ambientale di grande pregio che comprende il Parco naturale di Porto Conte e la Riserva Marina di Capo Caccia-Isola Piana. Il Centro Storico, con le sue architetture, i suoi suggestivi vicoli, si presenta come un piccolo gioiello incastonato nella terra di Sardegna. Le sue origini risalgono secondo la tradizione all'inizio del XII quando fu fondata dalla nobile famiglia genovese dei Doria. Conquistata in seguito dai Catalano-Aragonesi, ancora oggi ne conserva la parlata e le tradizioni. E' un Comune con un territorio ricco di testimonianze storico-archeologiche tra le più importanti del Mediterraneo.

IL PROGRAMMA

1° giorno – Domenica 8 Agosto 2010 – Pescara - Civitavecchia

Alle ore 16.00 partenza dalla Stazione di Pescara fino all'arrivo al porto di **Civitavecchia**.

Alle ore 22,30 partenza per Olbia a bordo della nave **SNAV**. Sistemazione in cuccette riservate.

2° giorno – Lunedì 9 agosto – Alghero

All'arrivo, ore 7,00, trasferimento all' Green Sporting Club Hotel***. Assegnazione delle camere riservate. Pensione completa. Giornata a disposizione per relax, attività sportive, bagni in piscina e di mare nelle trasparenti acque della Sardegna.

Mercoledì 11 agosto – Orgosolo

A PRANZO CON I PASTORI DI ORGOSOLO

Alle ore 08.30 partenza in bus alla volta di **ORGOSOLO**, capitale della Barbagia, ammirando una natura di incontaminata bellezza. Visita guidata di Orgosolo, caratteristica cittadina con i suoi celebri "**Murales**", testimonianza a tinte forti del desiderio di riscatto del popolo sardo nei confronti dello Stato. I murales costituiscono un'eccezionale attrattiva e molto ancora hanno da dire a chi li osserva. Molti murales riprendono lo stile cubista, a volte con vere e proprie citazioni (nel centro del paese è raffigurata la Guernica di Picasso). Recentemente i murales si sono arricchiti di altri stili, tra cui il surrealismo (un'intera piazza è dedicata al pittore Joan Miro); dai colori brillanti, spesso accompagnati da didascalie dell'artista, a volte anche in dialetto orgolese, sono custodi della memoria storica del paese e denuncia delle lotte sociali.

Trasferimento a **S'Artu Thithu**, località nella Piana dei Pastori, nel Supramonte, a pochi km. da Orgosolo, per degustare un **tipico pranzo sardo**, (il porchetto arrosto, la "patata a perras", l'agnello con le gustose patate di montagna, i dolcetti sardi, ecc...) all'ombra di maestosi lecci, immersi in una natura di straordinaria bellezza. (Società Sandalion di Orogosolo www.supramonte.com)

Il canto dei celebri "**tenores**" accompagnerà il pranzo, per finire con il ballo tondo della Barbagia, nel quale si cimenteranno tutti gli Ospiti, invogliati anche dall'effetto del robusto Cannonau di Orgosolo.

Dopo il pranzo, tempo a disposizione per lo shopping nei caratteristici negozi di Orgosolo, dove è possibile acquistare pregevoli manufatti dell'artigianato locale.

Rientro in Hotel nel pomeriggio.

Dal 3° all'8°giorno

Pensione completa in Hotel Escursioni facoltative nei dintorni, ecc.;

9° giorno – Lunedì 16 Agosto.

Prima colazione in Hotel. Alle ore 7,30 partenza per il porto di Olbia.

Imbarco alle ore 11,00 con nave SNAV. All'arrivo a Civitavecchia proseguimento per Pescara, con arrivo previsto per le 18,00 al porto di Civitavecchia e proseguimento per Pescara con arrivo previsto intorno alle ore 23,00.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE

Adulto in camera doppia	€ 720,00
Supplemento camera singola	€ 210,00
Infant 0-2 anni (con posto pullman)	€ 90,00
Riduzioni Bambini 2-12 anni in 3° e 4° letto	50 %
Riduzioni Adulti (maggiori di 12 anni) in 3° e 4° letto	30 %

La quota comprende:

- Pullman GT che resta con il gruppo tutta la settimana per escursioni nelle spiagge vicine
- Passaggio a/r in nave SNAV in cuccetta a 2/4 letti all'andata e passaggio ponte al ritorno
- Escursione ad Orgosolo incluso pranzo dai Pastori;
- Sistemazione c/o il Green Sporting Club Hotel*** di Alghero.
- Pensione completa con bevande ai pasti

Le adesioni devono pervenire entro il **10 Luglio 2010** (e comunque si chiuderanno al raggiungimento dei posti previsti) versando un acconto a persona di € 200,00.

Il resto della somma può essere rateizzata nel seguente modo:
entro il 31 Luglio **saldo**.

Il viaggio si terrà al raggiungimento di minimo n° 35 partecipanti. Le sistemazioni in pullman verranno assegnate all'atto del versamento dell'acconto.

Per informazioni:

- **Cral Angelini Abruzzo** - Anselmo Di Marco: 338.6952721
- **Cral Dipendenti Comune di Pescara** - Enrico Mangifesta - 329.1023320
- **Cral Dipendenti Provincia di Pescara**: Donato Monticelli - 085.29498234 - 333.3053591
- **Cral Dipendenti Regione Abruzzo** - Menotti Macchia - 347.8596408
- **Cral INAIL Pescara** - Lucia Franceschelli - 329.1162906
- **Cral INPS Pescara** - Lorenzo Fioriti - 338.7409183
- **Cral Procter & Gamble** - Gianna Di Gregorio - 328.9446034 - 085.4544888
- **Ass.ne LADOM Chieti - Ospedale Militare** - Elio Masci - 334.6064122
- **Cral Gruppo Bancario MPS Regione Lazio** - **Filippo Goslino** - 3474219219 - turismo@cralmpslazio.com

Modalità di pagamento

Attraverso il bonifico bancario direttamente al Tour Operator organizzatore del viaggio, per cui il predetto bonifico va intestato a:

ABSA VIAGGI – Via Lazio 26 – Montesilvano (Pe)

Banca d'appoggio: Monte dei Paschi di Siena - Montesilvano

Codice IBAN: IT 85 X 01030 77340 000000275113

causale: acconto/saldo Sardegna Hotel Green Alghero – Sig. _____ (Nome e Cognome del partecipante)

10 COSE DA NON PERDERE ad ALGHERO

1. Nuraghe Palmavera

Notevole complesso nuragico sviluppatosi tra il XIII e il VI secolo a.C.: è formato da una torre nuragica più antica e vari rifasci murari, con torri-capanne ai vertici. Interessante la cosiddetta "Capanna delle Riunioni", con banchina in pietra lungo il perimetro e al centro un modellino di nuraghe che aveva forse funzione culturale.

2. Le Torri e i Bastioni spagnoli di Alghero

Il sistema difensivo della "Fedelissima"

Alghero conserva tuttora numerosissime testimonianze del periodo aragonese e spagnolo. Interessanti nel nucleo storico, oltre ai numerosi tratti della cinta muraria, le torri difensive di San Giacomo, di San Giovanni, di Vincenzo Sulis e della Maddalena.

3. L'aragosta alla catalana

Semplicemente bollita e condita con olio, aceto e cipolle: squisita!

4. La Necropoli di Anghelu Rujù ad Alghero

Le domus de janas con il simbolo del toro la necropoli è costituita da 38 domus de janas di impianto "Ozieri". Si accede all'interno tramite ingressi a pozzetto verticale o a corridoio. Le planimetrie mostrano schemi articolati in più celle e spesso hanno decorazioni quali false porte, cornici, colonne, pilastri, zoccoli, o protomi taurine, talvolta decorate di rosso.

5. Grotte di Nettuno

Situate all'interno del promontorio di Capo Caccia, sono le grotte più belle e famose della Sardegna. Raggiungibili in barca da Alghero (3 ore di viaggio), o tramite una suggestiva scalinata di ben 656 gradini (Escala del Cabirol). Magnifici saloni e concrezioni.

6. Ristorante Al Tuguri ad Alghero

Un classico ad Alghero I piatti e l'arredamento richiamano la tradizione catalana. Tra gli antipasti, mousse di ricci di mare (i *bogamari*) e polpetti in agliata. Tra i primi, linguine con filetti di razza e aragosta all'algherese. Nella cittadina catalana non potrete chiedere di meglio. E' in via Maiorca 113.

7. Centro minerario dell'Argentiera

Non distante da Alghero, a pochi chilometri dall'abitato di Palmadula, presso il Capo dell'Argentiera troviamo l'omonimo centro minerario, sorto nell'Ottocento per lo sfruttamento dei giacimenti di piombo e zinco. Abbandonato nel 1962, il sito rappresenta un significativo esempio di archeologia industriale. Molte delle strutture del nucleo principale, costituito da quattro edifici rettangolari, sono realizzate in legno con tetti a capanna e inserite in un paesaggio di rara bellezza. Notevole l'edificio della laveria, che domina una bella spiaggia ghiaiosa circondata da rupi.

8. Spiaggia Le Bombarde

Vicino a Fertilia incontriamo questa splendida spiaggia incassata fra le scogliere di una piccola insenatura. E' caratterizzata da un'acqua trasparentissima e molto fredda, persino d'estate.

9. Terre Bianche Torbato Alghero D.O.C:

Ottimo vino bianco di colore giallo paglierino, che si sposa con grande naturalezza alla cucina di mare: esaltante con i crostacei.

10. Sagra del bogamari

E' la festa del riccio di mare, da degustare con un buon bicchiere di vino nelle bancarelle del Forte della Maddalena. Si svolge tutti i fine settimana da gennaio a marzo.

Hotel Green Sporting Club *** di Alghero

L'albergo dista ottocento metri dal centro di Alghero, a quattrocento metri dalla costa rocciosa.

Il "GREEN" è dotato di 72 miniappartamenti forniti di aria condizionata, elegantemente arredati con angolo cottura, frigorifero, telefono, Tv color, bagno privato; di 26 camere d'albergo tradizionali anche queste con un arredamento moderno e particolarmente curato, tutte le camere sono dotate di aria condizionata, frigobar, telefono, Tv color, bagno privato; due bar e un ristorante sono di completamento alla struttura ricettiva.

Il fiore all'occhiello del Green è rappresentato dall'attrezzatura sportiva, è infatti dotato del migliore fitness center della città, con macchine e istruttori di prim'ordine, diplomati ISEF che rappresentano una garanzia di serietà ed uno standard di servizio che non è usuale trovare in strutture alberghiere, una piscina coperta "estate inverno" può consentire un tuffo anche nella stagione invernale, magari godendo di quelle belle giornate di sole che frequentemente accompagnano l'inverno in questa parte dell'isola.

Una sauna finlandese ed un lettino UVA sono di completamento all'attività fisica della palestra e della piscina completa l'offerta sportiva.

