



Baraka Utazási Iroda
3525 Miskolc, Kazinczy u. 2.
Telefon: (46) 509-440
Fax: (46) 509-441
E-mail: iroda@baraka.hu
www.baraka.hu

Bankszámlaszámok: 10700086-42751108-51100005 (CIB)
10402764-27618507-00000000 (K&H)
Engedélyszám: U-000087/2001.

Kalandtúrák, gyalogtúrák, aktív pihenés
a Bükkötől a Himalájáig...

Val di Mello Sentiero Roma

2010. SZEPTEMBER 4-9.
89.900 FT

Előleg: 35.000 Ft, mely jelentkezéskor fizetendő.

Hátralék: 54.900 Ft, mely indulás előtt 35 nappal fizetendő.

Az ár tartalmazza: a szállást menedékházakban valamint a túravezetést.

Az ár nem tartalmazza: az utazást, az étkezést valamint a biztosítást.

Létszám: 15-30 fő.

Ajánlott korhatár: 18-55 év.

Egyéni utazás: a legcélszerűbb autóval kiutazni a Budapest – Hegyeshalom – Bécs – Linz – Salzburg – Innsbruck – Brenner-hágó – Bolzano – Cles – Sondrio – Val Masino – Cataeggio útvonalon, mely kb. 1050 km. Ha valaki egyedül utazna vagy éppen nincs autója, azokat igyekszünk „összehozni”.

TALÁLKOZÁS

Az olaszországi Cataeggio kisvárosában, legkésőbb délután 15:00 órakor.

HAZAINDULÁS

A délelőtti órákban Cataeggio kisvárosából.

POGGYÁSZ- ÉS BALESETBIZTOSÍTÁS

ASSIST-CARD CLASSIC: 4.560 Ft

ASSIST-CARD PREMIUM: 6.420 Ft

ASSIST-CARD PRIVILEG: 10.020 Ft

A fenti árak 13 napra és 70 éves kor alatt érvényesek valamint tartalmazzák a magashegyi és különleges helyszínekről való mentést is magába foglaló kiegészítő sportbaleset- valamint a sporteszköz-biztosítást. A biztosító elterő értékhatárú szolgáltatásainak leírását lásd a prospektusunkban, az internetes oldalainkon vagy érdeklődj irodánkban!

Részletes program

1. NAP: BUDAPEST – CATAEGGIO (1270 M) – SCOTTI MENEDÉKHÁZ (1470 M)

(szállás: menedékház)

A hajnali órákban célszerű elindulni Magyarországról, hogy időben – legkésőbb délután 15:00 órára – megérkezzen mindenki az olaszországi **Cataeggio** kisvárosába. A települést a **Lombardiai Alpok** legészakibb részén, a vidék talán legszebb völgyében, a **Val Masino** csücskében találjuk. Miután megérkezett a csapatunk minden tagja, a személyautóinkat hátrahagyva gyalog indulunk el ötnapos túránkra. Váltás túraruhát, esőkabátot, hálózásokat, élelmiszert, ivóvizet, stb. kell magunkkal vinni egy háztáskában a túra napjaira. Az Alpok központi részének egyik legklasszikusabb túraútvonalát, a **Sentiero Roma** elnevezésű ösvényt járjuk végig, mely a **Val di Mello** völgy peremén halad, végig háromezer méter fölötti hegyek árnyékában. Végtelen **alpesi legelők** és **dübörgő vízesések** mentén, az amerikai Yosemite-völgyhöz hasonló **gránitfalak** mellett fogunk túrázni menedékháztól menedékházig. Az éjszakákat alpesi egyszerűséggel berendezett turistaházakban töltjük. Utunkat végigkíséri a 3678 m magas **Monte Disgrazia**, melyet testközelből és több szempontból is láthatunk. Mai túránk bemelegítő jellegű, csupán 4 km hosszú és a **Valle di Preda Rossa** völgyében vezet Cataeggio (1270 m) kisvárosától az 1470 m magasán épült **Scotti menedékházig**. Táv: 4 km, szint: fel 200 m, menetidő: 1,5-2 óra. (**)

2. NAP: SCOTTI MENEDÉKHÁZ (1470 M) – PONTI MENEDÉKHÁZ (2559 M)

(szállás: menedékház)

Folytatjuk gyalogtúránkat, mely ma már igazi **alpesi tájon** vezet és jóval nagyobb kihívást jelent, mint az előző napi útvonalunk. Elhagyjuk a **Scotti menedékházat** (1470 m) és fokozatosan emelkedni kezdünk. Először egy autót mentén, annak kanyarjait átvágva kapaszkodunk egyre feljebb, majd a hegyi ösvényünk hamarosan felér a **Preda Rossa széles és lapos fennsíkjára**. Egykor tengerszem volt itt, melyet a belé folyó patak fokozatosan feltöltött, így mára kiterjedt állóvíz helyett csak a patak kanyarog a síkságon. Itt pillanthatjuk meg először a vidék óriását, a hófoltok borította **Monte Disgrazia** hatalmas gránittömbjét. Nemsokára meredeken kapaszkodni kezdünk és kopár, sziklás vidéken gyalogolva néhány óra múlva elérjük a 2559 m magasán épült **Ponti menedékházat**. Táv: 8 km, szint: fel 1100 m, menetidő: 5-6 óra. (****) Mai szállásunk csodálatos természeti környezetben, a Monte Disgrazia tövében épült.

3. NAP: PONTI MENEDÉKHÁZ (2559 M) – CAMERACCIO HÁGÓ (2950 M) – ALLIEVI MENEDÉKHÁZ (2385 M) (szállás: menedékház)

Az igazi magashegyi túrázók és hegymászók szokásához híven, mi is korán indulunk, mivel gyalogtúránk leghosszabb napja vár ma ránk. Elhagyva a **Ponti menedékházat** (2559 m) azonnal kapaszkodni kezdünk egyre feljebb, mignem elérjük túránk első hágóját. A 2898 m magas **Bocchetta Roma hágóból** fantasztikus kilátásban gyönyörködhetünk; alattunk fekszik a **Val di Mello**, melyet sokan Európa Yosemite-völgyének neveznek. Alaposan megfigyelve a völgyet övező meredek gránitfalakat,

magunk is hamar észrevesszük a hasonlóságot. A hágót magunk mögött hagyva folytatjuk túránkat, melynek során meredek, láncokkal biztosított szakasz következnek. Hamarosan egy újabb hágó következik, ahová egy kiterjedt **circusvölgy** felső részén harántolva jutunk el. Közben elhaladunk **két kis bivakház** mellett, ahol megpihenünk és ahonnan remekül láthatjuk a **Monte Disgrazia** jókora tömbjét. Természetesen a **Cameraccio hágóban** (2950 m) is remek kilátás vár ránk, nem véletlenül, hiszen ez túránk legmagasabb pontja. A legjobb kilátás nyílik innen a Monte Disgraziára, de beláthatjuk az előttünk álló szakasz összes többi hágóját is. Némi pihenés után újból ereszkedni kezdünk. Hamarosan azonban egy újabb hágó következik, a **Passo di Val Torrone**, mely mára az utolsó. Mai szállásunkat, az **Allievi menedékházat** 2385 m magasán találjuk. Táv: 15 km, szint: fel 1100 m, le 1280 m, menetidő: 9-10 óra. (****)

4. NAP: ALLIEVI MENEDÉKHÁZ (2385 M) – CAMEROZZO-HÁGÓ (2765 M) – GIANETTI MENEDÉKHÁZ (2534 M) (szállás: menedékház)

Mai szakaszunk nem lesz olyan hosszú, mint a tegnapi, viszont gyalogtúránk technikailag legnehezebb része vár ma ránk. Elhagyjuk az **Allievi menedékházat** (2385 m) és átkelünk a viszonylag kis szintemelkedést jelentő **Passo di Averta hágóba** (2540 m). A nyereg túldoldalán, a **Qualido völgyébe** ereszkedünk le, miközben több mint **900 m magas függőleges sziklafalak** látványában, no és a felettük magasodó hófoltos hegyekben gyönyörködhetünk. Ismét emelkedni kezdünk, majd hamarosan elérjük a 2647 m magas **Qualido-hágót**. A túldoldalán a **Val del Ferro** völgye húzódik hosszasan, melyben 2510 m magasán, a **Molteni menedékház** mellett pihenünk meg. Egy hosszabb pihenőt tartunk itt, melyre szükségünk is lesz az előttünk álló nehéz terep miatt. Rögzített láncok és kötelek segítségével kapaszkodunk fel a 2765 m magas **Camerazzo-hágóba**, majd ugyanilyen módon ereszkedünk le a túldoldalán a **Val Porcellizzo** festői szépségű völgyébe. Innen már látszik mai szállásunk, a 2534 m magasán épült **Gianetti menedékház**, azonban még odáig egy circusvölgy felső részén való harántolás és ereszkedés vár ránk. Táv: 10 km, szint: fel 700 m, le 550 m, menetidő: 6-7 óra. (****)

5. NAP: GIANETTI MENEDÉKHÁZ (2534 M) – BAGNI DI MASINO (1172 M) – SAN MARTINO (szállás: menedékház)

Gyalogtúránk utolsó napján szinte már csak lefelé ereszkedünk. Magunk mögött hagyjuk a **Gianetti menedékházat** (2534 m) és az impozáns **Val Porcellizzo** völgyében kezdjük meg a lefelé tartó ereszkedésünket. Több helyen patakokon kell átkelnünk, majd erdőségek esnek utunkba, sőt egy helyen még sziklák alatt is át kell bújunk. Ahogy egyre lejjebb érünk, egyre többször pillanthatunk meg legegésző állatokat, elhagyott pásztorkunyhókat, és valószínűleg egyre több turistával is találkozunk. Néhány óra alatt elérjük **Bagni di Masino** (1172 m) mesés környezetben fekvő kisvárosát, ahol egy **termálfürdőben** pihenhetjük ki a túra fáradalmait. Táv: 8 km, szint: le 1370 m, menetidő: 4-5 óra. (***) A délután egyértelműen a pihenésé, ami alaposan ránk fér az elmúlt napok túrái után. Késő délután már csak egyetlen feladatunk van; hogy átgyalogoljunk a mintegy 4 kilométerre fekvő **San Martino** városába, ahol mai szállásunk található. (*)

6. NAP: SAN MARTINO – CATAEGGIO – BUDAPEST

Reggel összecsomagolunk a szállásunkon és **San Martinóból** átsétálunk a 8 kilométerre fekvő **Cataeggio** kisvárosába, ötnapos gyalogtúránk kiindulópontjába. Nincs más hátra, mint hogy megkezdjük hazautazásunkat Magyarországra, ahová várhatóan a késő délutáni vagy esti órákban érkezünk meg.

Fontos tudnivalók

Jelentkezés:

- Az utazásra leggyorsabban a honlapunkon (www.baraka.hu) található jelentkezési lap kitöltésével tudsz. **A jelentkezést követő 3 munkanapon belül az utazás előlegét el kell küldened irodánk számára, ellenkező esetben töröljük a foglalást.** Ha a jelentkezés után megdöntött magad, és mégsem kívánsz utazni, mindenképp jelezzd ezt irodánkunk!
- Mindaddig nem foglalunk számodra szállást illetve programot, amíg az utazás előlege meg nem érkezik bankszámlánkra.

Lemondási és átjelentkezési feltételek:

- Az induláshoz képest 60 napon kívüli lemondás vagy másik utazásra való átjelentkezés esetén irodánk minden esetben levon 5000 Ft költségátalányt. A lemondási és átjelentkezési feltételek általános esetekben a következőképpen alakulnak:
- 60-36. napok közt: a részvételi költség 10 százaléka kerül levonásra.
- 35-21. napok közt: a részvételi költség 40 százaléka kerül levonásra.
- 20-11. napok közt: a részvételi költség 75 százaléka kerül levonásra.
- 10 napon belül: a részvételi költség 100 százaléka kerül levonásra.

A gyalogtúrák nehézsége:

- Ez az utazás igazi magashegyi gyalogtúra olyanok számára, akik gyakorlott túrázók, nem először járnak több napos magashegyi gyalogtúrán, sportos erőnlétűek, rendszeresen túráznak és/vagy sportolnak, továbbá rendelkeznek a túrához szükséges felszereléssel.
- A túra nehézségét több tényező adja együttesen. A legfontosabb a jelentős szintemelkedés és a sorozatterhelés. A túra során nincs visszafordulási lehetőség. Figyelembe kell venni továbbá a nomád körülményeket, valamint az esetlegesen zordra forduló időjárást, mely jelentős nehezítő tényezővé válhat.
- A túra legnagyobb része technikailag nem kíván különösebb felkészültséget, mivel szinte végig kitaposott magashegyi ösvényeken túrázunk. Egyes helyeken azonban a terep nehezzé és olyan meredekké válik, ahol csak a sziklához rögzített láncok és

kötelek segítségével juthatunk előre. Ezek a helyeken óvatosságra és nagy körültekintésre van szükségünk, továbbá kis mértékű kézhasználatra is szükség lesz.

- A túránk útvonalán nem érint állandóan hóval fedett területeket, ennek ellenére előfordulhat, hogy esetenként eső helyett hó hull nagyobb magasságban. Ennek valószínűsége azonban szeptember elején csekély
- A gyalogtúra során elengedhetetlen a magabiztos mozgáskoordináció, a szélesség, a lépésbiztonság, a nagyfokú odafigyelés, és néhány esetben a kézhasználat. Nem indulhatunk el a túrán olyanok, akik szív- és érrendszeri, valamint mozgásszervi betegségekben szenvednek.
- Mivel útvonalunk körtúra, így nincs lehetőség egy-egy napi túra kihagyására, illetve visszafordulásra. Ha valaki útközben megszakítaná a túrát, a túrávezetőnk nem tud számára hathatós segítséget nyújtani.
- Az Alpok változókéony magashegyi éghajlata miatt elengedhetetlen a megfelelő felszerelés, mely feltétele a túrán való részvételnek. A túrákat jelentősen nehezíteti a barátságatlanná váló időjárás. Ezért különlegesen jó minőségű felszereléssel érdemes útnak indulni, hogy az esetleges rossz időt is könnyen viseljük.
- Az egyes napok túráinak nehézségét egy ötös skálán osztályoztuk. Az egyes értékek magyarázata az internetes oldalainkon (www.baraka.hu/tura_nehezsegifok) vagy a katalógusunkban olvasható.

Szükséges felszerelés:

- Öltözet: strapabíró túraöltözet, jó minőségű esőkabát és esőnadrag, kényelmes és vízálló túrabakancs, rövid és hosszú újjú alöltözet, 1 db vékony és 1 db vastag polárdzseki, papucs vagy túraszandál, esetleg váltás edzőcipő, sapka, kesztyű, valamilyen fejtető napszűrő ellen (kendő, baseball sapka). A legcélszerűbb olyan esőkabátot és esőnadragot hozni, amelyik ún. lélegző (pl. Gore-Tex) anyagból készült. A megbízható esőkabát és esőnadrag fontosságát külön hangsúlyozzuk, kérjük mindenképpen fordíts erre kellő figyelmet! Olyan bakancsban gyere, amit már régóta használ. Ha új bakancsod van, a túra előtt járj be, nehogy az utazás alatt törje fel a lábad!
- Túrafelszerelés: lepedő és hálózsák, egy maximum 50-60 literes hátizsák, kulacs, elemlámpa (pótelemmel, pótegővel), napszemüveg, fényvédő krém. Erősen ajánljuk a túrabot használatát, mely jelentős segítséget jelent az emelkedőkön és lejtőkön egyaránt. A megpakolt hátizsák ne legyen nehezebb 15 kilogrammnál, mert túlságosan nehéz lesz vele túrázni. Mivel a túra során korlátozottak lehetnek a tisztálkodási lehetőségek, ezért jól jöhet néhány nedves törülköző.
- A menedékházakban saját lepedőt kell használnunk, ezért ezt senki ne felejtse otthon.
- Kemping gázfőzőt a menedékházakban nem használhatunk, kizárólag az épületek mellett van erre lehetőség.

Szállás:

- Túránk összes éjszakáját egyszerű berendezésű menedékházakban töltjük, ahol közös hálótermekben tudunk aludni. A fűtetlen, 6-10 személyes szobákban emeletes ágyakat vagy matracokat találunk. Ágyneműt nem kapunk, így mindenképp saját hálózsákra lesz szükség. A szállásokon a tisztálkodási lehetőségek meglehetősen korlátozottak; ahol van zuhanyzó, ott is csak jéghideg vízre számíthatunk. Emiatt jól jöhet néhány nedves törülköző. A legtöbb menedékházban működik konyha, ahol egyszerű, de finom és tápláló ételeket rendelhetünk.

Étkezés és ivóvíz:

- A túra szervezeten önálló, ami azt jelenti, hogy mindenki maga gondoskodik az ételéről, de mindenre biztosítunk elég időt a túra során. A menedékházak étkezőiben reggelizhetünk és vacsorázhatunk, ebédelni viszont csak a magunkkal vitt elemóziából tudunk. Ezt célszerű még indulás előtt idehaza megvásárolni és a túra során magunkkal vinni.
- Reggel és este a legjobb és legkényelmesebb megoldás, ha a menedékházakban étkezünk. Egy átlagos reggeli ára 5-8 €, egy vacsora 10-15 €-ba kerül.
- A napközbeni étkezésre olyan élelmiszereket célszerű magunkkal vinni, ami könnyű, nem romlandó, azonnal fogyasztható és sok energiát ad. Célszerű bepakolni a hátizsákunkba csokoládét, müzli- vagy energiaszeleteket is.
- A menedékházakban kapható ivóvíz, de túránk során több helyen források is utunkba esnek, melyek vize ivalható. Ajánlott különféle pezsgőtablettákat (magnézium, kalcium, Isostar, stb.) magunkkal vinni, hogy ezzel pótoljuk a többnapos túra közbeni ásványianyag-vesztést. Mindenképp szükség lesz legalább másfél literes kulacsra.

Időjárás:

- Az Alpok időjárására a magashegyeségi éghajlat sajátosságai jellemzőek. Szeptemberben napközben 12-20 °C valószínű, míg éjszaka 10-14 °C várható. A túrák során természetesen a tengerszint feletti magasság növekedésével csökken a hőmérséklet. Ha süt a nap, akkor meleget érzünk, de ha felhők takarják a napot, gyorsan esik a hőmérséklet. Csapadék előfordulhat (akár hóesés is) és nagy magasságban a

szélre is fel kell készülnünk. Figyelembe kell vennünk az erős napsugárzás hatását, mely ellen megfelelő napszemüveggel és napkrémmel védekezhetünk.

Kommunikáció:

- Olaszországban az olasz a hivatalos nyelv, de ezen a vidéken németül is viszonylag sokan beszélnek.
- A magyar mobiltelefon szolgáltatók rendelkeznek a térségben roaming partnerekkel, téroról azonban csak a lakott települések környékén, illetve a magaslatokon van.

Útiokmányok:

- Ausztriába és Olaszországba érvényes, új típusú személyi igazolvány vagy útlevél szükséges.

Létszám:

- Minimum létszám: 15 fő. Ennél kevesebb jelentkező esetén nem indítjuk a túrát. Ha elmarad az utazás, irodánk indulás előtt 2 héttel közli azt.
- Maximum létszám: 30 fő.

Személyzet:

- A Baraka 1 vagy 2 túrávezetője (létszámtól függően).

Ajánlott gyógyszerek:

- Láz- és fájdalomcsillapító, görcsoldó, akár többféle hasmenés elleni szer, hasfogó, ragtapasz, sebfertőtlenítő szer, fásli.
- Az irodánk nem biztosít gyógyszert az utazáson résztvevőknek, kizárólag elsősegélynyújtásban tudunk segíteni.

Elektromos áram:

- A szállásainkon a magyar szabvánnyal megegyező csatlakozó áll rendelkezésünkre, de nem mindegyik szállásunkon oldható meg a digitális fényképezőgépek és mobiltelefonok akkumulátorainak feltöltése.

Valuta:

- Olaszországban az euró (EUR vagy €) a hivatalos fizetőeszköz, ezért legcélszerűbb ezt a pénznemet vinnünk, mégpedig készpénz formájában.

Ajánlott költőpénz:

- Körülbelül 150-200 € + az utazás költsége (üzemanyag, autópályadíjak, stb.)

Helyszínen fizetendő költségek:

- Bagni di Masino, termálfürdő: összesen 11 €
- A közölt ár tájékoztató jellegű és változhat. A helyszínen fizetendő költségek változásáért és bővüléséért irodánk nem tud felelősséget vállalni.

Egyéni kintazás a helyszínen:

- A legpraktikusabb útvonal szerint Magyarországot az M1 autópályán Hegyeshalomnál célszerű elhagyni. Ausztriában az A1-es autópályán haladjunk a Bécs – St. Pölten – Linz – Salzburg – Innsbruck útvonalon. Salzburg és Innsbruck között az autópálya egy rövid ideig Németországban halad. Innsbruck előtt forduljunk a Brenner-hágó (A13, Brennero) irányába, mely átvezet minket Olaszországba, ahol az A22-es autópályán haladjunk. Bolzano magasságában az SS42 jelű főútra kell rákanyarodnunk, mely hegyi falvak hosszú során át vezet minket. Edolo településnél az SS39-re kell ráfordulnunk, majd nem sokkal később az SS38 jelű útra, mely egyenesen a Val Masino völgy bejáratához vezet minket. Innen már nagyon közel van Cataeggio, túránk kiindulópontja.
- Mindenképpen vigyünk magunkkal részletes olaszországi autóstérképet, és ne feledkezzünk meg az osztrák autópálya-matricáról sem.

Csomagolás:

- Csupán egyetlen nagyobb és kényelmes hátizsákba pakolj, mely lehetőleg ne legyen nagyobb 50-60 literesnél és nehezebb 15 kilogrammnál. Ennél nehezebb hátizsákkal már túlságosan nehéz lenne túráznod. Lehetőleg ne csőváz hátizsákot hozz, hanem modern, belső merevítésűt! Figyelj azonban arra, hogy a hálósákok és a ruháid védve legyenek az esetleges esőktől. Célszerű mindent vízhatlan nylonba csomagolni a hátizsákban belül is. A felszerelés összeállításánál gondoldj arra, hogy végig kell vele túráznod! Viszont ha valami létfontosságú dolgot nem pakolsz be, akkor azt nem is szerezheted be útközben.

Nyilatkozat:

- Mivel utazásunk során az időjárás változókéony lehet, ezért irodánk túrávezetője mindenképp fenntartja a jogot, hogy rossz idő esetén – eső, köd, rossz látási viszonyok – megváltoztassa a programot. Ez jelentheti a különböző látnivalók vagy túrák sorrendjének felcserélését, de különösen zord időjárás esetén – a résztvevők biztonsága, egészségük védelme érdekében – módosulhatnak vagy el is maradhatnak túrák. Ebben az esetben mindenképpen igyekezzünk valamilyen más programot szervezni.



Jó utat kíván a Baraka csapata!

Jelentkezési határidő nincs; minél hamarabb célszerű a jelentkezést elküldeni irodánknak, mivel az utaslistán való regisztráció a szabad helyek függvénye. A biztos részvétel feltétele az induláshoz képest minél korábbi jelentkezés.

Jelentkezés: www.baraka.hu/jelentkezés