



RESIDENCE CORTE' ACCAS LOC. SA MARINA BARI SARDO TEL. 0782 28972/3	Area Ricambi di Alberto Aresu LANUSEI Via Marconi, 65 - Tel. 0782 42214
attrezzature per tutte le officine materiali per carrozzerie di Asoni & Loi VENDITA E ASSISTENZA LANUSEI Loc. Maricoxina - Tel. 0782 42584	FRANCESCO FD DEMURIO LACCONERIA Zona Arti. Maricoxina - LANUSEI
ALFA srl ARZU LAVORI FERRO E ALLUMINIO LANUSEI Zona P.I.P. - tel. 0782 42422	DE.I.M.A. SNC impresa di costruzioni di Deiana Aldo & C. LANUSEI Loc. Cuccunai - tel. 0782 691698
l'Edera di MACIS LANUSEI - Via Umberto, 9 tel. 0782 42980	FABBRICA ACCIAIO INOX SISTEMI PER ARREDAMENTO REFRIGERAZIONE E CONDIZIONAMENTO DI AMBIENTI CIVILI ED INDUSTRIALI POLITEC LANUSEI zona artig. lotto 5 - tel. 0782 40203
bap .SRL ATTREZZATURE - FERRAMENTA - VERNICI - LUBRIFICANTI LANUSEI via Umberto, 141/143 Tel. 0782 40747	ALIMENTARI LOCCI Panini Veg. Locci LANUSEI - Via Roma

CAMMINATURA CAMMINATURA

LANUSEI
2 MAGGIO 2010

CAMMINATURA CAMMINATURA

LANUSEI
2 MAGGIO 2010



www.prolocolanusei.it

L'ASSOCIAZIONE TURISTICA PRO LOCO DI LANUSEI

CON IL PATROCINIO:
PROVINCIA OGLIASTRA
 ASSESSORATO ALL'AMBIENTE
COMUNE DI LANUSEI

E LA COLLABORAZIONE:
ENTE FORESTE DELLA SARDEGNA
CORPO FORESTALE DI VIGILANZA
AMBIENTALE
ASSOCIAZIONE AVL LANUSEI
SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO
DELLA SARDEGNA

VI INVITA A PARTECIPARE ALLA

6^A EDIZIONE DI CAMMINATURA

GIORNATA DI SENSIBILIZZAZIONE
TURISTICO AMBIENTALE

PERCORSO TRA TERRA E CIELO
TRA I PROFUMI DI PEONIE
...LUNGO I SENTIERI DI MONTE ARMIDDA

PROGRAMMA

ORE 8:00 RITROVO DEI PARTECIPANTI

nella località "San Cosimo", a quota 900 metri s.l.m., lungo la SS. 198 Lanusei-Seui al Km 85,00, presso il Vivaio dell'Ente Foreste, dove si potranno parcheggiare le automobili. Un'equipe composta da medici e docenti di attività motorie darà brevi spiegazioni sulle tecniche per affrontare al meglio i percorsi a piedi e come trarne il maggiore beneficio.

ORE 9:00 PARTENZA DELLA CAMMINATA

Gli specialisti e i volontari della Pro Loco accompagneranno i partecipanti durante il tragitto che, dalle

sorgenti del Flumendosa si snoda sul versante di Monte Armidda, la punta più alta raggiunta è Punta Perd'aria di mt 1.251.

Sul percorso sono presenti diversi punti panoramici da cui lo sguardo può spaziare a 360 gradi dal Golfo di Arbatax alle scogliere di Baunei fino a punta la Marmora, e dai Tacchi d'Ogliastra fino alla Catena dei sette Fratelli. Durante il tragitto si faranno brevi soste per poter apprezzare le peculiarità dell'area. Il percorso della durata complessiva di 4 ore, è di media difficoltà, salvo alcuni tratti in cui è richiesta una discreta agilità e scarpe adatte.

ORE 9:00 PARTENZA DEL PERCORSO TURISTICO IN MOUNTAIN BIKE

ORE 13,00 RITORNO A SAN COSIMO

presso la base Elicotteri del Corpo Forestale Regionale e del Vivaio dell'Ente Foreste, dove sarà servito il pranzo a base di prodotti tipici locali.

ORE 16:00 TEATRO:

Spettacolo di burattini ad opera della compagnia "IS MASCHEREDDAS" dal titolo "ARESTE PAGANOS E I GIGANTI".

ORE 16: 00 MOSTRA FOTOGRAFICA:

HANAMI la fioritura del ciliegio in Giappone.

Durante il pomeriggio sarà possibile partecipare al tiro con l'arco, assistiti dai migliori maestri ogliastrini della disciplina.

La partecipazione a CAMMINATURA è libera ma per una migliore organizzazione è indispensabile la prenotazione per il pranzo, che deve pervenire entro le ore 20:00 del 28 aprile 2010 chiamando i nr: **0782 693029 - 340 5522689 - 320 8055800 - 349 7930458.**

CAMMINATURA è presente anche sui siti:

www.prolocolanusei.it
www.comunedilanusei.it

Dove mangiare

- Ristorante Pizzeria **LA NUOVA VERACE**
Viale Europa, 73 - tel. 0782 40725
- Ristorante Pizzeria **LA ROTONDA**
Piazza Mameli, 4 - tel. 0782 42984
- Ristorantino **VOLTAVELA**
Via Zanardelli, 10 - tel. 0782 42309
- Ristorante Pizzeria **DA GIANCARLO**
Via delle Mimose, 1 (Loc. Coroddis) - tel. 0782 40428
- Albergo Pizzeria **BELVEDERE**
Via Umberto, 22 - tel. 0782 42184
- Rosticceria Pizzeria taglio **IL CAPRICCIO**
Via Roma, 118 - tel. 0782 41571
- Pizzeria da asporto **IL TESORO**
Via Umberto, 95 - tel. 0782 41424
- Pizzeria al taglio Focacceria **PIZZARIUM**
Via Roma, 2 - tel. 0782 208972
- Paninoteca **4 Mori**
Via Progresso, 2 - tel. 346 3909433

Dove dormire

- Albergo **BELVEDERE** ***
Via Umberto, 22 - tel. 0782 42184
- Albergo **VILLA SELENE** ***
Loc. Coroddis - tel. 0782 42471/41202
- Hotel **MARIE CLAIRE** ***
Via dei Ciclamini (loc. Coroddis) - tel. 0782 41146
- Ostello della Gioventù **LA NUOVA LUNA**
Via Indipendenza, 35 - Tel. 0782 41051