heartrek

IN CAMMINO SULLE
(ALTE) VIE DELLO SPIRITO

Speciale I VIAGGI DI ODISSEO

Itinerario del viaggio – 10 giorni (dal 6 al 15 Settembre 2019)

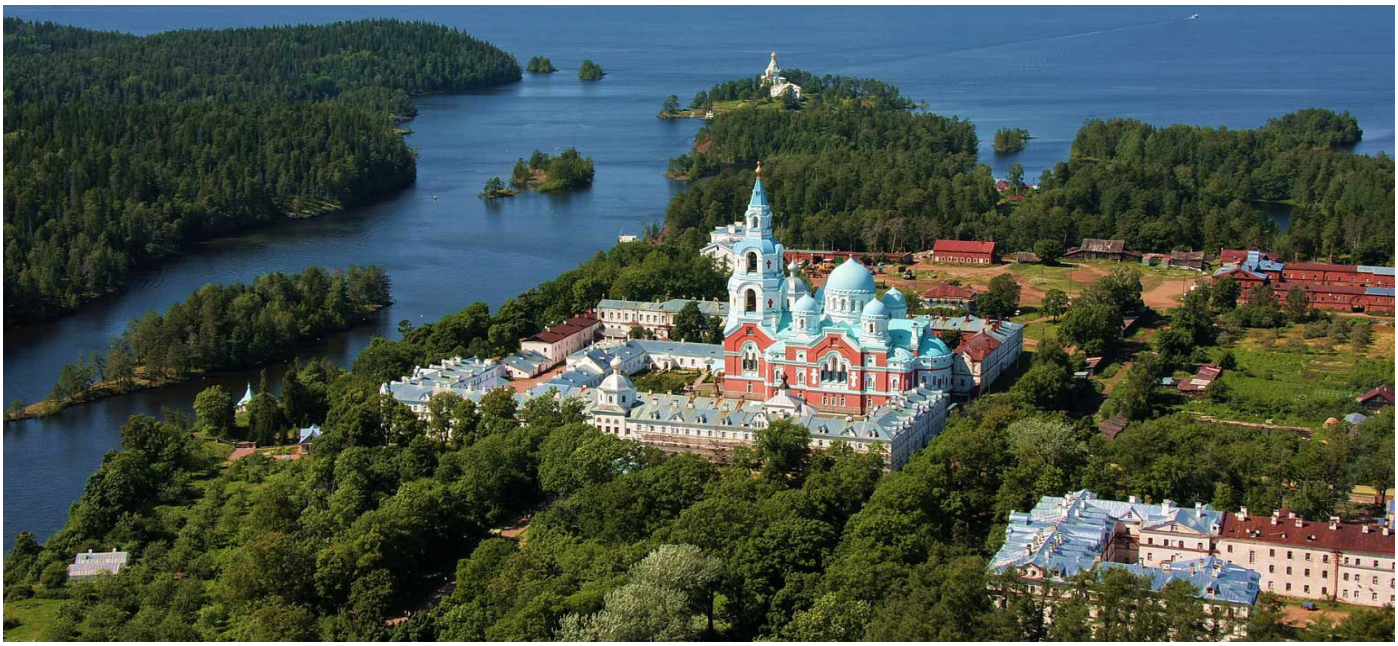
1° giorno, Venerdì **6 Settembre**: **ITALIA-SAN PIETROBURGO.** Partenza da Milano Malpensa (13:00) e Roma Fiumicino (13:05) con volo di linea diretto della AEROFLOT per San Pietroburgo (ma anche da Bologna, Genova, Torino e Venezia con LUFTHANSA, via Francoforte). All'arrivo incontro con la guida locale, trasferimento in città e sistemazione in hotel. Eventuale tempo libero. Cena e pernottamento.

2° giorno, Sabato **7 Settembre**: **SAN PIETROBURGO.** Distribuita su una miriade di isole collegate da centinaia di ponti, San Pietroburgo riesce a conciliare il fascino solenne del suo passato imperiale, fatto di monumenti straordinari e imponenti scenografie, con il ruolo odierno di industriosa metropoli. Città sorta come per magia ai confini del Grande Nord, la "Venezia russa" riflette i suoi sontuosi palazzi e il concitato snodarsi di una storia complessa e spesso controversa sul mobile specchio della Neva. Voluta da un grande zar, inventata da geniali architetti italiani, magistralmente studiata nei suoi rapporti strutturali e cromatici, la città di Pietro il Grande è stata definita un'utopia progettata a tavolino, ma è anche e soprattutto una delle scenografie urbane più emozionanti al mondo. I nobili palazzi neoclassici della Prospettiva Nevskij, i monumenti come la fortezza di Pietro e Paolo, i musei di prestigio universale come l'Ermitage, ne fanno la vera capitale culturale del Paese, custode dei fasti di ieri e modello per la Russia di domani. La mattinata sarà dedicata ad un giro panoramico del centro-città (UNESCO), con la visita dei magnifici palazzi e delle chiese: la Cattedrale di Sant'Isacco, la Fortezza di Pietro e Paolo, la Piazza del Palazzo d'Inverno e dell'Ammiragliato, sulla sponda meridionale del fiume Neva; e della sua arteria principale, quella Prospettiva Nevskij evocata da Gogol' "Non c'è cosa più bella del corso Neva, almeno a Pietroburgo: per essa è tutto". Non mancherà inoltre una breve sosta al Museo Zoologico per la visita della sala dei mammut, con esemplari risalenti a 44 mila anni fa perfettamente conservati dai ghiacci perenni della Siberia. Dopo il pranzo in un ristorante locale, visita ad alcune delle sale più rappresentative del Museo dell'Ermitage, che ospita una delle più grandi collezioni d'arte del mondo, soprattutto di dipinti impressionisti e di opere di artisti europei, oltre che una significativa raccolta di artisti russi e una vasta collezione di arte asiatica. Nel tardo pomeriggio (18:00-22:57) trasferimento con treno veloce a Petrozavodsk. All'arrivo, sistemazione e pernottamento in hotel.

3° giorno, Domenica **8 Settembre**: **PETROZAVODSK-ISOLA DI KIŽI**. In mattinata, una gradevole passeggiata lungo le vie del centro consentirà di scoprire i luoghi ed i monumenti più significativi di Petrozavodsk, la città capitale della Carelia affacciata sul lago Onega fondata da Pietro il Grande, un tempo sede di importanti fonderie dove si costruivano cannoni e armamenti e, successivamente, luogo di esilio dei sovversivi di San Pietroburgo. Più tardi, con un percorso in aliscafo di un'ora e un quarto circa raggiungiamo l'isola di Kiži, situata sul lago Onega, antico centro amministrativo che controllava più di 130 villaggi. Le superbe strutture religiose in legno del XVIII secolo, con le spettacolari cupole, le cappelle e la torre dell'orologio, costituiscono un "unicum" architettonico dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO: un vero e proprio museo a cielo aperto immerso in uno splendido scenario naturale, nel quale fanno capolino alcuni mulini a vento. La Chiesa della Trasfigurazione è l'edificio più importante dell'isola: eretto nell'anno 1714 per celebrare la fine della guerra con la Svezia, questo gioiello dell'architettura russa si avvale di 22 cupole con tegole dalla forma particolare e concepite per incastrarsi perfettamente l'una sull'altra, tanto che non fu necessario infiggervi un solo chiodo. Accanto a questa sorge la Chiesa dell'Intercessione con le sue 9 cupole, mentre in mezzo ai due edifici si erge un massiccio campanile, concorrendo a formare l'insieme o "pogost" (complesso di chiese) del Nostro Salvatore. Le case di Kiži sono costruite nel medesimo stile e utilizzando lo stesso legno di abete e pino usato per le chiese; in particolare, le fessure tra le assi venivano otturate con stoffa o feltro e le pareti esterne decorate con motivi geometrici, mentre i tetti spioventi fortemente inclinati erano ideali per far scivolare la neve. Nel pomeriggio facciamo rientro a Petrozavodsk per la sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

4° giorno, Lunedì **9 Settembre**: **PETROZAVODSK-SORTAVALA-VALAAM**. Al mattino presto partiamo verso la cittadina di Sortavala, sulla sponda settentrionale del lago Ladoga e, da qui, proseguiamo per l'arcipelago di Valaam, raggiungibile con un'ora circa di aliscafo. Sull'isola principale sorge l'antico Monastero della Trasfigurazione la cui data di fondazione è incerta, ma che secondo alcune fonti risalirebbe al X secolo ad opera dei santi Sergio e Germano. Importante centro spirituale e mistico della Russia ortodossa, non solo è stato più volte distrutto, incendiato e ricostruito, ma perfino chiuso durante il regime sovietico, costringendo i monaci a esiliare nella vicina Finlandia assieme agli antichi archivi ed alle sacre icone. Oggi il monastero è nuovamente in funzione e costituisce un'oasi di tranquillità per il lavoro e la preghiera di una piccola comunità monacale. In seguito alla visita della Cattedrale della Trasfigurazione e di alcuni eremi si potrà assistere alla suggestiva esecuzione dei canti liturgici. Dopo il pranzo nel refettorio comune, si rientra a Sortavala per visitare l'interessante Museo dell'intaglio del legno. In serata si ritorna a Petrozavodsk per la cena ed il pernottamento in hotel.

5° giorno, Martedì **10 Settembre**: **PETROZAVODSK-KEM'**. In mattinata partenza con pullman in direzione Kem' non trascurando, dopo aver percorso 75 km, una sosta/escursione alla Riserva naturale di Kivač, istituita agli inizi del secolo scorso per preservare l'ecosistema della taiga russo-scandinava, con l'omonima cascata formata dal fiume Suna, il cui "flusso indisciplinato" ha ispirato la poesia di Gavriil Deržavin e, poco più avanti, visita al villaggio di Kondopoga, dalle cui vecchie cave è stata estratta gran parte del marmo utilizzato per edificare San Pietroburgo, con la svettante chiesetta in legno della Dormizione. Da qui, un breve sentiero conduce all'antico cratere (circa 2 miliardi di anni) del vulcano Girvas, scoperto casualmente nel '66 durante alcune specifiche ricerche: si tratta della bocca di un canale di collegamento del vasto altipiano lavico che si sviluppava all'interno dell'omonima area vulcanica. In serata arrivo a Kem' con sistemazione, cena e pernottamento in hotel.



6° giorno, Mercoledì **11 Settembre**: **KEM'-ISOLE SOLOVECKIJ** (140 km). Dal porto di Kem', in poco meno di 2 ore di navigazione in battello, si raggiunge la maggiore delle sei isole Soloveckij, formate dai picchi delle montagne emerse in seguito allo scioglimento dei ghiacciai del Mar Bianco (circa 12 mila anni fa) e caratterizzate da una natura selvaggia e primordiale, dove zone paludose (laghi, acquitrini e canali) e fitte foreste di pini e abeti rossi sono pervase da un silenzio quasi irreale. Il tradizionale fascino dell'arcipelago delle Soloveckij, protette dall'UNESCO, trae le origini da un passato assai remoto, allorquando si credeva che le isole fossero la linea di confine con il mondo dell'aldilà e venivano visitate allo scopo di evocare le forze soprannaturali o per seppellirvi eroi e grandi capi. Poi, nel XVI secolo, sui resti degli antichi santuari pagani venne fondato lo splendido monastero cristiano-ortodosso di Soloveckij, le cui fortificazioni sono ancora oggi considerate un vero capolavoro architettonico. Le mura che lo circondano, larghe sei metri alla base e lunghe più di un chilometro, provviste di torri e di un profondo fossato, lo hanno reso infatti una fortezza pressoché inaccessibile. All'apice del suo sviluppo la comunità monastica è arrivata ad organizzare la logistica per 10-15 mila pellegrini all'anno. Salvo tramutarsi, negli anni Venti del '900, da luogo santo in un famigerato gulag in cui venivano imprigionati gli oppositori del regime. Nel pomeriggio, dopo la sistemazione in hotel, si potranno visitare i luoghi più significativi del monastero, tra cui la Chiesa dell'Annunciazione, il refettorio, una galleria del complesso centrale, la Cattedrale della Trasfigurazione (riaperta al culto nel 2003) e la torre dell'Arcangelo. In serata, cena e pernottamento in hotel.

7° giorno, Giovedì **12 Settembre**: **ISOLE SOLOVECKIJ**. Oggi ci spostiamo a piedi sulla collina di Sekirnaja, il punto più alto dell'isola di Bol'sŏj Soloveckij (98 m/slm), con la Chiesa dell'Ascensione che fungeva un po' da faro e l'ex camposanto del monastero stracolmo di lapidi delle vittime del gulag. Da qui lo sguardo può spaziare sulla taiga dell'isola, punteggiata da una miriade di laghetti, e sulle placide acque della baia dell'Onega. Dopo pranzo visita al Soloveckij Lager (SLON), il gulag voluto dallo stesso Lenin per detenervi in particolare i prigionieri politici, con lo scopo di tenerli lontani dalle grandi città. Nel campo transitarono centinaia di migliaia di prigionieri, le condizioni di vita erano infernali, la mortalità altissima ("Lavori quanto mangi": questa era la regola). Il campo fu attivo fino agli anni '60. Lo scrittore sovietico Aleksandr Solženicyn ambienterà la narrazione del suo Arcipelago Gulag proprio in questo campo, descrivendone con dovizia di particolari le condizioni disumane cui venivano assoggettati i reclusi. Cena e pernottamento.

8° giorno, Venerdì **13 Settembre**: **ISOLE SOLOVECKIJ**. Un'escursione in barca ci conduce in mattinata fino all'isola di Bol'sŏj Zajackij, interessante per i suoi misteriosi labirinti spiraliformi (sinora ne sono stati individuati 13). Gli archeologi ritengono che siano stati realizzati tra i 2.500 ed i 3.000 anni fa (c'è chi azzarda una datazione assai più remota!) ma non sono in grado di stabilire il loro scopo principale: probabilmente svolgevano una funzione rituale, come una sorta di "sentiero" atto ad agevolare le anime dei defunti per raggiungere l'aldilà, oppure astronomica, per osservare la posizione dello zenit durante i solstizi. Sono tutti disegnati utilizzando e sovrapponendo dei grossi ciottoli, gli stessi che compongono gli oltre 850 cumuli sparsi sull'isolotto che forse fungevano da sepolture. Si rientra a Bol'sŏj Soloveckij in tarda mattinata per il pranzo in ristorante e nel primo pomeriggio si ritorna in traghetto a Kem' da dove, dopo la cena in ristorante, si prende il treno notturno (20:32) per San Pietroburgo, con sistemazione e pernottamento in cabine-letto a due posti di 1ª classe.

9° giorno, Sabato **14 Settembre**: **SAN PIETROBURGO**. Dopo l'arrivo in mattinata (10:10) trasferimento in hotel, con early check-in, breakfast e sistemazione in camera per qualche ora di relax. Dopo il pranzo in hotel, visita di Palazzo Jusupov, noto soprattutto per essere stato il luogo dell'assassinio di Grigorij Rasputin. Edificato alla fine del '700, il palazzo fu acquistato nel 1830 dal principe Nikolaij Borisovič Jusupov, e rimase di proprietà della nobile famiglia russa fino al sequestro dei beni da parte dei bolscevichi nel 1917. Gli ambienti interni, minuziosamente restaurati, accolgono una straordinaria varietà di tecniche decorative e stili architettonici che ripercorrono la storia di San Pietroburgo; di particolare interesse il teatrino, un piccolo gioiello in stile barocco dall'eccezionale acustica, tuttora utilizzato per gli spettacoli. Ma la parte più enigmatica e misteriosa del palazzo è indubbiamente l'appartamento del principe Feliks Jusupov dove, nel 1916, avvenne l'assassinio di Rasputin. Qui in una stanza si possono osservare le figure di cera dei cospiratori - nobili russi - che ordirono il complotto, mentre in una seconda stanza si trovano altre due figure sempre di cera del giovane conte Jusupov e di Rasputin, con quest'ultimo seduto a tavola mentre degusta pasticcini e madera (il liquore preferito) avvelenati. A fine giornata, caratteristico giro serale in battello (un'ora) lungo i canali di San Pietroburgo. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

10° giorno, Domenica **15 Settembre**: **SAN PIETROBURGO-ITALIA**. In tarda mattinata, trasferimento in aeroporto e rientro con i voli diretti della AEROFLOT per Milano Malpensa (09:45) e per Roma Fiumicino (11:55) o della LUFTHANSA per le altre destinazioni.

Scheda tecnica

Operativo dei voli internazionali AEROFLOT:

6 Settembre	Milano Malpensa-San Pietroburgo	13:00	17:15
6 Settembre	Roma Fiumicino-San Pietroburgo	13:05	17:45
15 Settembre	San Pietroburgo-Milano Malpensa	09:45	12:10
15 Settembre	San Pietroburgo-Roma Fiumicino	11:55	16:35

Categoria di alberghi prevista:

Kem', PRICHAL HOTEL 3*
Petrozavodsk, KARELIA HOTEL 4*
San Pietroburgo, MOSKVA HOTEL 4* (o similare)
Soloveckij, OSTROVITO MORYUSHKO HOTEL 3*

Il programma/quota contempla:

- Sistemazione in camera doppia/matrimoniale;
- Trattamento di pensione completa (prima colazione, pranzo in locali tipici e cena in hotel);
- Trasferimenti da/per l'aeroporto;
- Trasferimenti via terra con treno e/o minibus privato;
- Assistenza di guide locali qualificate (lingua italiana);
- Assicurazione "spese mediche, bagaglio, annullamento/interruzione viaggio" (€ 100,00);
- Ingressi a musei, monasteri e parchi nazionali;
- Escursioni e visite come da programma;
- Il gruppo formato da un minimo di 10 partecipanti.

Quota individuale di partecipazione:

- in camera doppia: € **2.230,00**
- in camera doppia uso singola: € **2.680,00**

La quota non include:

- Passaggi aerei in classe economica con voli di linea AEROFLOT da/a Milano e Roma per/da San Pietroburgo (€ 250-300,00) o con LUFTHANSA (via Francoforte) da/per altri scali nazionali;
- Visto per l'ingresso in Russia (€ 80,00);
- Le bevande ai pasti, le mance e quant'altro di extra non espressamente indicato.

Condizioni di partecipazione

Per la partecipazione sono richiesti:

1. alla prenotazione dei servizi (**12 Giugno 2019**):
    - un anticipo di € **750,00** (in doppia) e di € **900,00** (in doppia uso singola) oltre all'eventuale costo del biglietto aereo aggiornato al momento della prenotazione/acquisizione
    - nome/i e cognome, come da passaporto, per le prenotazioni aeree
    - la residenza ed il codice fiscale (del partecipante o di uno dei due) per attivare la copertura assicurativa obbligatoria
2. quarantacinque giorni prima della data di partenza (**15 Luglio 2019**):
    - il saldo di € **1.480,00** Euro (in doppia) e di € **1.780,00** (in doppia uso singola)

Penali di annullamento:

- 25% della quota di partecipazione sino a 61 giorni di calendario prima della partenza
- 50% della quota di partecipazione da 60 a 45 giorni di calendario prima della partenza
- 75% della quota di partecipazione da 44 a 31 giorni di calendario prima della partenza
- 100% della quota di partecipazione dopo tali termini

N.B. La copertura assicurativa è un prerequisito per la conclusione del contratto e non sarà in alcun caso rimborsabile. Il calcolo dei giorni per l'applicazione delle penali di annullamento s'intende a partire dal giorno successivo alla data di comunicazione della cancellazione e non include il giorno della partenza.

Modalità di prenotazione/adesione

Per prenotare/aderire va inviata una email a iviaggidiodisseo@heartrek.it **entro** e non oltre il prossimo **12 Giugno 2019** specificando i dati richiesti e allegando l'attestato di versamento dell'anticipo mediante bonifico (IBAN: IT04J0760103200000005875886) a favore di SALVATORE DI MARZO* c/o BancoPosta Roma-Centro, e fermo restando che il saldo verrà corrisposto e attestato entro il **15 Luglio 2019.**

*Nell'intestazione del bonifico si prega di non aggiungere altra dicitura al nominativo del beneficiario.

Ulteriori informazioni e/o approfondimenti

Per ulteriori chiarimenti chiamare (12/24) ODISSEO al **338 9642361**.

Informazioni utili

VISTO

Per andare/viaggiare in Russia è richiesto il passaporto in corso di validità ed il visto d'ingresso rilasciato dall'Ambasciata di Russia di Roma o dai Consolati di Genova, Milano, Palermo e Roma. Per richiedere il visto individuale/turistico è necessario presentare il passaporto con almeno SEI mesi di validità residua dalla data d'ingresso in Russia ed un paio di pagine vuote, UNA foto a colori formato tessera (sfondo bianco/neutro), copia del biglietto aereo a/r, delle prenotazioni alberghiere e della copertura assicurativa, oltre al modulo ufficiale debitamente compilato. Il tempo di rilascio si aggira intorno ad una decina di giorni.

FUSO ORARIO

La Carelia è avanti di UNA ora rispetto all'Italia.

LINGUA

Oltre alla lingua ufficiale (russo), in Carelia vengono parlati il careliano (o karel), che è un po' la lingua madre, ed il vespo di matrice baltofinnica.

ELETTRICITÀ

La tensione elettrica in Carelia, come in tutta la Russia, è di 220 Volt ma è consigliabile portare con sé un adattatore a lamelle piatte.

VALUTA

La valuta ufficiale della Russia è il Rublo (RUB). Un Euro equivale a poco più di 72 RUB. L'Euro, come il Dollaro USA, è accettato e cambiato in qualsiasi sportello di cambio. Nelle grandi città (San Pietroburgo e Petrozavodsk) sono accettate le maggiori carte di credito.

TELECOMUNICAZIONI

Per telefonare in Italia è sufficiente comporre lo 0039 seguito dal prefisso della città e dal numero. Se si utilizza un cellulare bisogna comporre il prefisso 810 39 seguito dal prefisso regionale, incluso lo zero, e dal numero dell'abbonato. Per telefonare dall'Italia in Russia comporre lo 007 seguito dal prefisso e dal numero desiderato.

CLIMA

I mesi di Luglio, Agosto e Settembre sono sicuramente i più piacevoli ed indicati per visitare la Carelia, con temperature massime che, di giorno, si attestano intorno ai 20°-23°C e, di notte, oscillano tra gli 11° ed i 15°C. Tuttavia non vanno trascurati gli eventuali scrosci di pioggia che caratterizzano il clima mai troppo secco del Grande Nord.

ABBIGLIAMENTO ED EQUIPAGGIAMENTO

Fermo restando l'utilizzo di un abbigliamento pratico e informale, sono consigliabili abiti primaverili, come t-shirt o camicia a maniche lunghe per il giorno, pantaloni corti e lunghi, giacca a vento, k-way e pullover o felpa per la sera/notte. L'equipaggiamento, invece, deve opportunamente comprendere: calzature chiuse ed impermeabili (Goretex) da trekking leggero, scarpe comode da città, zainetto, borraccia per l'acqua, copricapo e occhiali da sole.

ACQUISTI

Una delle eccellenze e simbolo della Repubblica di Carelia è senza dubbio l'artigianato artistico della lavorazione della betulla. Per il suo bell'aspetto e la lunga durata il legno resistente della betulla della Carelia è stata apprezzato sin dal Duecento: assieme a pellicce e sale veniva utilizzato dalle tribù careliane per pagare i tributi. Ma le origini del suo successo, come un legno da impiegare perché simile al marmo, in virtù della resistenza e della gamma di colori e venature presenti, risale al 1766 quando alcuni campioni furono esibiti a Caterina II: alla regina piacquero tanto che ordinò di creare subito un set di mobili per sé, dando così vita alla vasta produzione di mobili e oggetti decorativi per i palazzi imperiali e le case nobiliari. Il legno della betulla, chiamata anche "albero reale", viene tutt'oggi utilizzato come materiale ornamentale per la produzione di cofanetti, portasigarette, cornici per quadri, gioielli, souvenir ed eccezionalmente mobili, in cui i moderni artigiani della Carelia mutuano le antiche tradizioni della scultura in legno.

GASTRONOMIA

La colazione tipica è composta dal Kasha, una pappa di grano saraceno cotto nel latte. Come antipasti vengono serviti i Zakuski, costituiti da diversi tipi di insalate, aringhe marinate, uova farcite e vegetali conditi con panna acida. Tanto gli ortaggi di ogni tipo (patate lesse e barbabietola rossa tra i più presenti) quanto le zuppe sono un piatto ricorrente, sia a pranzo che a cena. Fra le zuppe tradizionali vanno menzionate lo Shi (a base di cavolo), il Borsh (con barbabietole e panna acida), l'Okroshka (a base di kvas con patate lesse, cetrioli freschi, uova sode e cipolla verde), la Soljanka (con pesce e pomodoro) e l'Ucha (con pesce fresco in brodo trasparente). Ma si possono gustare anche diversi piatti paragonabili a quelli della cucina mediterranea come, ad esempio, i Pelmeni o "ravioli alla Russa" (fagottini di pasta con un ripieno di carne) e le polpette di carne, accompagnate da riso lesso e verdure. Non trascurando ovviamente il pesce: dal salmone all'aringa affumicata. Le salse sono di diversi tipi e generi, come la famosissima panna acida "Smetana", buona sul pancake ma anche sulle verdure. Le bevande tradizionali careliane sono il Kompot (bevanda dolce a base di frutta o bacche), il Mors (bevanda analcolica a base di frutta, solitamente di mirtillo rosso) e la Kvas (bevanda leggermente alcolica ottenuta dalla fermentazione naturale). Infine, il tè (chai), tradizionalmente preparato nell'apposito bollitore (samovar) e spesso accompagnato da marmellate, torte, piroshki e biscotti.