

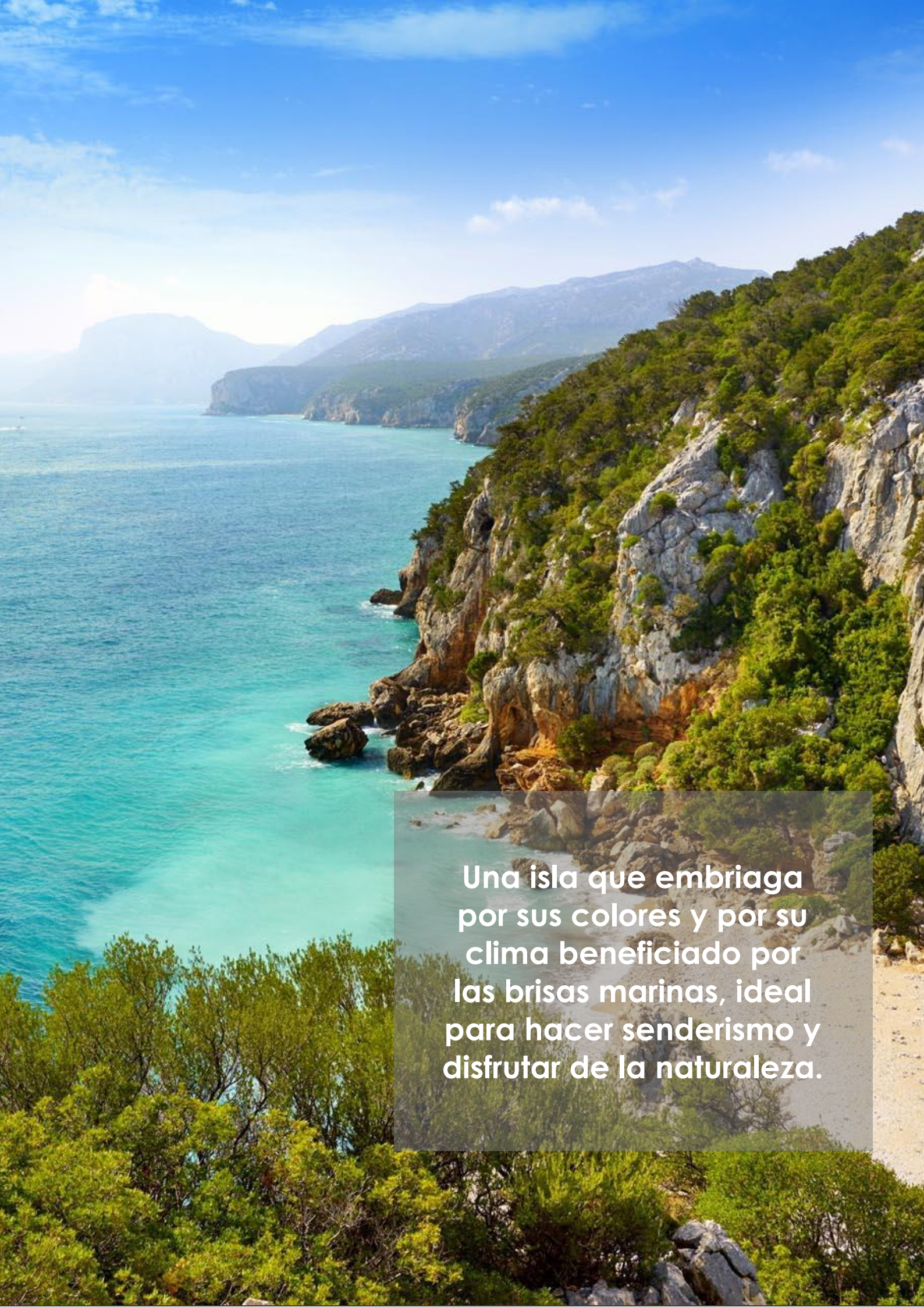
CERDEÑA
INCOGNITA

Ruta naturalista en el Mediterráneo más azul

Verano 2023 / 8 días
FECHAS: del 18 al 25 de Julio
del 1 al 8 de Agosto
del 15 al 22 de Agosto
del 3 al 10 de Septiembre

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
MAPA	5
ITINERARIO	6
FICHA TÉCNICA	14
CONDICIONES Y SEGURO	16
NOTAS SOBRE EL VIAJE	18



Una isla que embriaga por sus colores y por su clima beneficiado por las brisas marinas, ideal para hacer senderismo y disfrutar de la naturaleza.

INTRODUCCIÓN



Equidistante de Europa y África, en el centro del Mediterráneo occidental, emerge la isla de **Cerdeña** como uno de los principales testimonios de que este mar ha sido cuna de las más importantes culturas de la antigüedad. Aislada durante muchos siglos, la isla ha conservado un gran carácter y una cultura propios que la hacen diferente a otras islas del mundo mediterráneo. La imagen más conocida de Cerdeña nos llega a través de hermosísimas playas de arena blanca y un mar increíblemente azul, una costa afortunadamente muy natural y poco alterada y, realmente, esto es así. Pero, ya sabéis que nos gusta buscar siempre la "otra cara" de las islas, llevamos muchos años haciéndolo y desde luego en Cerdeña la hemos encontrado y nos ha maravillado. La isla pasa por albergar algunos de los paisajes más hermosos y bien preservados de toda Europa. Embriaga por la belleza de sus colores mediterráneos, por la benevolencia de su clima; el verano se nos muestra en todo su esplendor.
Una isla eminentemente montañosa. Entre las varias cadenas de montañas que más caracterizan su morfología: el macizo del **Monte Limbara**,el**Gennargentu** y el **Supramonte**, configuran el paisaje y le dan al interior un carácter bravío y salvaje.
Altos picos, encerrados valles, extensos bosques junto a pueblos de pastores nos hablan de una Cerdeña remota y ligada a su historia. Una historia donde las primeras culturas sardas se remontan al V milenio a.C. quedando testimonios en las llamadas Domus de Janas.Después llegaron otras gentes y fundaron la enigmática civilización nurágica, más tarde

llegaron fenicios, romanos y hasta la Corona Aragonesa estuvo presente en la isla durante varios siglos.
Volaremos a Olbia y nos trasladaremos primeramente a **Tempio Pausania**, subiremos al Monte Limbara y de ahí nuestra ruta proseguirá hacia **Capo Caccia**,donde visitaremos también la **Cueva de Neptuno,** y el centro histórico de **Alghero**, una preciosa población amurallada que conserva como lengua propia el idioma catalán.
Nos alojaremos en **Oristano**, pequeña y tranquila ciudad de la costa oeste reconocida por su atípica historia medioeval y por su rica tradición enograstronómica. Descubriremos los senderos costeros de la **Área Marina Protegida de la Península de Sinis- Isla de Mal di Ventre** y la antigua ciudad de **Tharros**, fundada por los fenicios y luego pasada bajo el dominio de los punicos y de los romanos, asentada en la península del Sinis.
Pasando por el fascinante sitio arqueológico de **Santa Cristina**, con su asombroso pozo sagrado, nos adentraremos en una región remota: la **Barbagia.** Visitaremos **Orgosolo**, cuyas casas pintadas nos mostrarán la imagen de la Cerdeñamás profunda a la vez que iremos conociendo a gentes amables, ancladas en sus tradiciones y celosos guardianes de sus costumbres, que intentarán enseñarnos algunas palabras del sardo. Seguiremos nuestra ruta hacia los nacientes de **Su Gologone**, el manantial más importante de Cerdeña, Monumento natural desde el 1998 y principal resurgimiento del vasto sistema kárstico del **Supramonte**.
Durante varios días tendremos nuestra base en el pueblo de **Cala Gonone** para explorar una preciosa región entre mar y montaña. Disfrutaremos del senderismo a través de fantásticos recorridos que nos llevan atravesando el **Supramonte** hasta las salvajes calas del **Golfo de Orosei,** con montañas que caen en picado al mar desde más de mil metros de altura, bosques, gargantas, cuevas escondidas en lo que denominan el ***SelvaggioBlu***. En barco, recorreremos parte de esta costa y nos extasiaremos en lugares como el sendero de **Cala Luna** para tomar el sol en una playa asombrosa. Etapa final de nuestra ruta será la maravillosa garganta de **Gorropu**.
La rica gastronomía: la **zuppa gallurese**, el **panefrattau**, los **culurgiones**, el **porceddu** (cochinillo asado), la **bottarga** (huevas secas de mújol), los quesos de montaña, los excelentes vinos como el **Vermentino de Gallura**, el **Cannonau,** la **Vernaccia, el Carignano** serán otras excelencias de una isla con un carácter fuerte y bien reconocible.

MAPA


CERDEÑA
INCÓGNITA
N
Tempio Pausania
Olbia
Vallicciola
Monte Limbara
Capo Caccia
Alghero
Tumba de Gigantes
Dorgali
Cala Gonone
Cala Luna
Orgosolo
Garganta Gorropu
S'anea Scoada
Mari Ermi
Is Arutas
Oristano
Tharros

ITINERARIO

DÍA 1: MADRID - OLBIA. TRASLADO A TEMPIO PAUSANIA

Salida de los puntos de origen. (Ver FICHA TÉCNICA). Llegada y traslado a la ciudad de TempioPausania. Alojamiento.

Fabrizio De André, celebre cantautor italiano, dijo que "*La vida en Cerdeña es quizás lo mejor que un hombre puede desear: veinticuatro mil kilómetros de bosques, de campo, de costas sumergidas en un mar milagroso, deberían coincidir con lo que recomendaría al buen Dios para darnos como Paraíso*". Por esta razón, en el 1979 decidió trasladarse a Cerdeña con su familia, exactamente en L'Agnata, muy cerca de TempioPausaniay es justo en esta región que empieza nuestra ruta en Cerdeña.

El recorrido que nos conduce a **TempioPausania** anticipa la belleza de esta ciudad, el territorio ofrece paisajes infinitos enmarcados por las mesetas y las imponentes rocas graníticas rodeadas de los colores típicos del matorral mediterráneo. Aunque se encuentre a 566mt de altitud sus paisajes tienen carácter de montaña, ricosen verde y de agua. La ciudad se encuentra en el corazón de ***Gallura***, el centro habitado ocupa una meseta al pie del **Monte Limbara**, rodeada por las sugerentes montañas de Aggius, las alturas de Bortigiadas y el monolítico gigante de Monte Pulchiana. El territorio de TempioPausania también es conocido por la calidad de las aguas de los manantiales que, atravesando sinuosos caminos dentro del matorral mediterráneo, desembocan en los numerosos manantiales presentes en la zona. En este sentido, es famosa la calidad de las aguas que brotan de las **Fonti di Rinaggiu** conocidas desde la antigüedad por sus propiedades terapéuticas.

Su centralidad con respecto al territorio hace queTempioPausaniahaya sidopunto de referencia durante muchos siglos para toda Gallura. Sus orígenes son muy antiguos, como lo demuestran las herramientas de pedernal y obsidiana que se remontan al período Neolítico encontradas en las laderas del Monte Limbara y otras herramientas que parecen pertenecer a las culturas de Abelzu-Filigosa. Importantes huellas atestiguan el asentamiento de algunos grupos en la era nurágica a partir del 1800 a.C., el más importante es el **nuraghe Majori**, ubicado a pocos kilómetros del centro habitado. Ciudad de origen romana, la *MansioGemellae*, luego con el nombre de *Villa Templi* durante la epoca de los "Giudicati", ha sido la capital de aquel de la Gallura. La ciudad incrementó progresivamente su papel a partir del siglo XVI hasta convertirse, otra vez, en capital de provincia bajo el dominio de Saboya en el siglo XIX.

Una feliz unión entre el arte y la naturaleza: esto es el territorio de TempioPausania que destaca por su capacidad de ofrecernos un escenario imperdible a través de sus bellezas, se revive una historia antigua y fascinante cuyos ecos aún resuenan hoy en los hechos folclóricos y tradiciones tan vivas y presentes.

Lugares interesantes en TempioPausania. La ciudad se caracteriza por edificios antiguos y por pisos de granito que le dieron el nombre de "Ciudad de piedra". El pintoresco casco antiguo es el lugar ideal para paseos en una combinación perfecta de lo antiguo y lo moderno. Con sus callejuelas estrechas y sinuosas, sus edificios grises y sus balcones de hierro, resume todos los rasgos característicos de la región. Merece la pena visitar el casco antiguo: **Piazza di San Pietro** donde está la **Catedral de San Pietro Apostolo** cuya construcción remonta a la época medioeval aunque en el tiempo ha sido remodelada y ampliada; en frente el **Oratorio del Rosario** donde se puede admirar el precioso altar y retablo de madera de 1700

y la pequeña pila de mármol de 1642. Piazza Fabrizio De André, mejor conocida como **Piazza Faber**, cubierta por velas que se convierten en lápices cuando se enrollan, según el proyecto de Renzo Piano. No puede faltar la visita a **La Stazione Ferroviaria**, un poquito más fuera del casco antiguo, de estilo de los primeros del '900 con decoraciones liberty donde se pueden admirar las maravillosas obras del pintor Giuseppe Biasi.

DÍA 2: EXCURSIÓN AL MONTE LIMBARA

El Monte Limbara representa el límite natural entre las regiones históricas y geográficas de Gallura y Logudoro; es un macizo granítico que se extiende sobre un área muy grande en los territorios de cuatro municipalidades: TempioPausania, Calangianus, Oschiri y Berchidda. El pico más alto es **Punta Balistreri** con sus 1359 mtde altura.

La acción erosiva de los agentes atmosféricos ha modelado con el tiempo el macizo dando lugar a formas unas veces puntiagudas y dentadas, otras suavemente redondeadas, otras de formas más particulares como las rocas de tafonato. Gozaremos de un paisaje evocador, caracterizado por granitos que originan una morfología irregular y muy viva con grandes masos rodados que parecen estar en precario equilibrio y extrañas formas de erosión. En los picos, las vistas van desde el campo y los viñedos de Alta Gallura hasta el mar color esmeralda del Golfo de Olbia y La Maddalena hasta las montañas de Córcega. La naturaleza de este rincón de Cerdeña es un verdadero mosaico de secuoyas, pinos, abetos, enebros y alcornoques que se mezclan con el clásico matorral mediterráneo de brezos y madroños.

Lo que vamos a hacer será un agradable recorrido circular con un pequeño desvío para visitar el Monumento Natural del **Arco Suprappare**. La caminata empieza en localidad Vallicciola a una altura de 1065 mt, caracterizada por un extenso parque con predominio de coníferas, rodeado por cercas de madera. De allì seguiremos el camino que nos lleva al **Monte Giogantinu**, pasando también por Arburu Nieddu y Frati Mendula, hasta la iglesia de la Madonna della Neve, donde tendremos unas magníficas vistas.

Características del recorrido. Es una excursión dinámica que durará unas seis horas en total(incluidos los traslados en autobús, los descansos y la pausa para comer). La dificultad estárelacionada con la tipología de algunos tramos del sendero debido al tipo de terreno rocoso. Importante llevar botas de montaña.

DÍA 3: TEMPIO PAUSANIA-CAPO CACCIA, ALGHERO- ORISTANO

Hoy vamos a recorrer parte de la llamada Costa Oeste llegando incluso a uno de sus extremos: **Capo Caccia**. El histórico Capo Caccia es uno de esos lugares emblemáticos, un gran brazo de tierra se adentra en el mar formando un paisaje bucólico y agreste en cuya parte final antes de abrazarse con el mar se yergue un romántico faro aumentando el carácter marinero del lugar. Durante el recorrido podremos ver la recortada costa y los acantilados desde donde tendremos hermosas vistas sobre el ***Parque Natural de Porto Conte*** y sus bosques de encinas y alcornoques que caen directamente al mar. Frente a nosotros nos sorprenderá la enigmática imagen de la **Isla Foradada** y el mar batiéndose sobre sus rocas y covachas. El lugar es muy frecuentado por naturalistas y con un poco de suerte veremos diferentes representantes de la avifauna local que anida en los acantilados: halcones peregrinos, gaviotas, vencejos.

Tras una pequeña pausa, bajaremos la panorámica **escalera del Cabirol**, cuyos 654 peldaños anclados al acantilado nos llevarán a la entrada de la majestuosa **Cueva de**

Neptuno, una de las cuevas turísticas más fascinantes y visitadas de la isla. Después de la visita, que durará unos cuarenta minutos, con el barco llegaremos hasta el puerto de la magnifica ciudadad de **Alghero**.

A principios del siglo XII, la familia aristócrata Doria de Génovadecidió levantar dos fortalezas en Cerdeña: Castelgenovese (hoy Castelsardo) y Alghero. Debido a la abundancia de algas en la costa, la segunda fue denominada *Aliguerium*, *S'Alighera* en sardo yl'*Algueren* catalán. Tras un corto dominio pisano, la ciudad fue conquistada por los aragoneses en 1353. El casco viejo queda dentro del antiguo barrio fortificado. Por su pasado histórico, la influencia de la Corona española, los dominios de aragoneses y catalanes, la ciudad sigue siendo la másespañola de Cerdeña. Aún se conserva el idioma catalán en la ciudad, lengua maternal de los alghereses junto al italiano, al mismo tiempo que se reivindica como motivo de orgullo y particularidad. Se han conservado costumbres, cocina y tradiciones eminentemente catalanas, una particularidad más de una isla eminentemente variada. Por cierto, va siendo hora de almorzar..., numerosos restaurantes y terrazas cuelgan sus carteles con el reclamo de "especialidades catalanas": Bon profit!

Lugares interesantes en Alghero. La **Torre de San Giacomo** de curiosa forma octogonal; el **Bastione y la torre de la Magdalena**, que se asoman en el paseo marítimo; la plaçacivica; la iglesia de San Francisco; los bastiones Marco Polo; el **Palazzo Albis**, que se remonta al siglo XVI, raro ejemplo arquitectura civil catalana; la **Catedral de Santa María** que data del siglo XIV; **vía Príncipe Humberto**, calle que sale de la catedral y está plagada de palacios. La animación de sus calles, terrazas, mercados serán sin duda otros de los atractivos de nuestra visita.

Tras el paseo y, por qué no, después de tomar un cappuccino con pastelitos o un buen helado, nos trasladamos a **Oristano**, donde llegaremos al final de la tarde. Después del alojamiento nos esperará una exquisita cena con especialidades sardas locales.



Situada en el extremo norte de la llanura del Campidano, entre la desembocadura del río Tirso y las marismas de Santa Giusta, la ciudad de Oristano nos recibe con ese discreto encanto de la pequeña capital de provincia. Fue fundada en el año 1070, después de que los habitantes de la poderosa y próperaTharros la abandonaran por los naturales cambios morfologicos del territorio.

Entre 1100 y 1400, la ciudad floreció bajo los gobernantes de la familia De Bas Serra, hasta convertirse en uno de los centros más potentes de Cerdeña. La ciudad se yergue en medio de una fértil llanura rodeada de marismas. El centro histórico, antes rodeado de murallas, es pequeño y casi totalmente peatonal. Desde la cómodaubicación de nuestro hotel situado en el centro de la ciudad tendremos tiempo suficiente para explorar la ciudad.

Lugares interesantes en Oristano. **La Catedral** data de 1228. **Torre di Mariano o Porta Manna**. Situada en el extremo norte de las antiguas murallas de la ciudad, fue construida en 1291. Las fachadas interiores están abiertas a la **Piazza Roma**, corazón de la ciudad, con sus populares tiendas y terrazas. Corso Umberto. Esta calle peatonal, conocida también como ViaDritta (la calle derecha), es la más concurrida de Oristano y alberga elegantes edificios como el **Palazzo Siviera. Piazza Eleonora** de Arborea. Alberga nobles edificios como el **Palazzo Corrias**y el **Ayuntamiento. San Francesco, Santa Chiara, el AntiquariumArborense**, museo arqueológico que posee hallazgos de Tharros e interesantes retablos catalanes.

DÍA 4: ÁREA MARINA PROTEGIDA DE LA PENÍNSULA DEL SINIS-ISLA DE MAL DI VENTREY THARROS

Hoy vamos a recorrer otro interesante lugar de la Costa Oeste. Primeramente nos desplazamos hacia un fabuloso paraje de costa donde vamos a caminar por el llamado *Sendero Falesia de Sinis*. Se trata de un precioso sendero que discurre paralelo a la playa entre zonas de rocas y entre zonas de enormes playas abiertas a la inmensidad del mar. Lugar de gran belleza natural donde iremos descubriendo idílicas calas y playas: **S'Anea Scoada**, **Mari Ermi**, **Is Arutas**. Tras unas dos horas de paseo, llegaremos a nuestro destino, la playa de Mari Ermi, que nos sorprenderá por la belleza de su arena, de minúsculos granos de cuarzo de varios colores.

Después de comer, visitamos el recinto monumental de **Tharros**, ciudad fundada por los fenicios a finales del siglo VIII a.C. en una lengua de tierra denominada **Capo San Marco**, en lo que en la actualidad es parte del ***Área Marina protegida de la Península de Sinis-Isla de Mal di Ventre***. El lugar ofrecía un puerto seguro para los barcos y en los siglos VI y V a.C. Tharros ya se había convertido en un puerto floreciente cuya prosperidad continuó bajo el dominio romano, a partir del año 238 a.C.

Con el mar a ambos lados, es uno de los yacimientos antiguos más curiosos del Mediterráneo. Sólo una tercera parte del asentamiento natural se ha excavado. La mayor parte de estas ruinas datan de la época púnico-romana, pero también hay evidencias de que hubo una civilización anterior: el asentamiento nuraghe de MuruMannu (el Gran Muro). Tras la visita del lugar podremos conocer la pequeña aldea de **San Giovanni di Sinis** y la pequeña **Iglesia bizantina de San Giovanni**, una de las más antiguas de Cerdeña (VI s.). En alguna terraza podemos tomar algo a la vez que disfrutamos de la vistas sobre el mar donde muy cerca y de forma "misteriosa", casi como el lomo plateado de un gigante cetáceo, aparece ante nosotros la isla que responde al curioso nombre de Isla del Mal di



Ventre (Maluentu en sardo).

Al final de la tarde regresamos a nuestro hotel en Oristano,

DÍA 5: ORISTANO-SANTA CRISTINA-ORGOSOLO-OLIENA-CALA GONONE

Tras desayunar dejamos el que ha sido nuestro alojamiento durante estos días. Antes de emprender nuestro viaje hacia el pueblo de Orgosolo, en la aldea nurágica de **Santa Cristina**. Interesante yacimiento de esta extraña civilización donde se mantienen ruinas de nuraghes muy bien conservadas. También, y es lo más curioso, encontramos el llamado "pozo sagrado", un templo dedicado a la diosa madre local del siglo XII a.C. El pozo está muy bien conservado y su arquitectura nos recordará a las construcciones "aztecas". Justo al lado se encuentra un poblado altomedieval y la naturaleza sagrada del lugar siguió en los siglos con la construcción de la iglesia dedicada a Santa Cristina. Todo el lugar resuma quietud y son dignos de mencionar los centenarios olivos que se asientan entre las piedras milenarias.

Nuestra ruta continúa a través de un sugestivo paisaje mediterráneo hasta llegar en la zona de ***Barbagia***,región histórica de Cerdeña que es la que mejor refleja el antiguo carácter de la isla. Precisamente llegamos en el pueblo **Orgosolo**, famoso por la película "Banditi a Orgosolo" de Vittorio De Seta (1960) y por sus cientos de murales pintados en las fachadas de las casas del pueblo. Las imágenes describen la vida severa de los pastores, la lucha por la tierra, las tradiciones sardas. Otras muchas imágenes nos muestran dibujos y reivindicaciones políticas de izquierdas con imágenes de los clásicos iconos como el Che Guevara o Salvador Allende. También encontramos dibujos de Picasso como el Guernica, referencias a la Guerra Civil española y a poesías de Miguel Hernández.

Los murales sardos aparecen por primera vez en Orgosolo en los años sesenta y pronto se convierten en un rasgo característico del pueblo. Los temas de este peculiar género artístico son sátiros, políticos o sociales. Los estilos varían mucho, pero se caracterizan por su brillante colorido. La Asociación Italiana PaesiDipinti (Pueblos Pintados) fue fundada para conservar y dar publicidad a los pueblos con estos murales y para estimular la creatividad y el intercambio cultural entre las distintas regiones.

Al mediodía, nos espera un delicioso almuerzo en compañía de los pastores de Orgosolo, que nos deleitarán con la bondad de sus productos y la excelente hospitalidad.

Tras el almuerzo, dejaremos el pueblo para ir en dirección al territorio de **Oliena** donde encontramos los nacientes de **Su Gologone**. Al pié de **Monte Uddè**, es el manantial más importante de Cerdeña, Monumento Natural desde el 1998 y principal resurgente del inmenso sistema kárstico del ***Supramonte***. Del subsuelo brota una imponente masa de agua pura (¡unos 500 litros por segundo!) que desemboca en el curso del río Cedrino, que discurre a poca distancia. Un lugar misterioso, intrigante por naturaleza, esconde su origen en profundidades aún inexploradas a pesar de los múltiples intentos de exploración submarina que culminaron de momento con el descenso de Alberto Cavedon hasta los 135 metros.



Al final del día nos trasladaremos en **Cala Gonone**, aldea de **Dorgali**, quetiene la suerte de encontrarse en el centro del ***Golfo de Orosei***, a orillas de la recortada costa,

Es un pequeño puerto al abrigo de las grandes montañas que caen a pico cerca de la zona. Ambientillo marinero y de pequeño puerto de vacaciones, con numerosos cafés, restaurantes, bares.

La Barbagia. Esta región de Cerdeña es la que mejor refleja el antiguo carácter de la isla. Las escarpadas montañas está recorridas por caminos de pastores y las aldeas dominan profundos valles. El nombre de Barbagia deriva del latinbarbária, palabra utilizada por los romanos para designar las inaccesibles regiones del interior habitadas por bárbaros (cualquier cultura que no compartiese sus valores y creencias). Poblada desde la prehistoria y rica en yacimientos arqueológicos, el corazón de Cerdeña resistió las invasiones romanas durante siglos y conservó sus ritos religiosos nuraghe hasta la llegada del cristianismo. Una comarca donde nunca fue fácil acceder debido a la intrincada orografía y a las escasas vías de comunicación. Los habitantes, sin embargo, son a menudo hospitalarios y amables y la tradición es un elemento esencial de la vida local. Las aldeas se llenan de vida durante las fiestas (muchas se celebran en verano) y los bares y tabernas son frecuentadas por lugareños deseosos de entablar conversación con el extranjero…,y mucho más, si se enteran que venimos de la península ibérica. En Cerdeña, no se habla una sola lengua, son muchos los idiomas y dialectos que se hablan a veces en cada valle; algunos de ellos con muchas palabras provenientes del castellano y del catalán, siendo para ellos un motivo de curiosidad y acercamiento hacia nosotros.

Supramonte. Es un área montañosa antigua y de particular salvaje belleza que está comprendida entre las cinco municipalidades de **Oliena**, **Orgosolo**, **Dorgali**, **Baunei** y **Urzulei**. Se encuentra en el corazón de Cerdeña, resiste como un espléndido espacio impermeable y de dificil acceso donde el tiempo parece haberse detenido. Profundas gargantas dividen imponentes murallas calcáreas. Una infinidad de colinas y cuevas, solo en parte exploradas, crean un inconfudible escenario.

Una Cerdeña diferente, un mundo paralelo, donde la naturaleza nunca deja de dictar reglas. Varias de nuestras excursiones se desarollarán en el interior de este maravilloso espacio natural donde la montaña, junto a los colores del mar, nos regalará momentos de puro encanto.

La espectacular costa, con acantilados que caen vertiginosos hacia el profundo azul del mar con calas perdidas a donde sólo se puede llegar caminando, calas de sugestivos nombres como Cala Luna, Cala Goloritzè, Cala Sisine, …, senderos a través de bosques de la más pura esencia mediterránea, encinares, robledales, antiquísimos bosquetes de enebros y sabinas, algunos de troncos retorcidos formando mil filigranas, algarrobos centenarios, olorosas higueras. En fin, todo un deleite para nuestros sentidos que iremos descubriendo sobre nuestros pasos.

DÍAS 6: EXCURSIÓN BUCHI ARTA – CALA LUNA

Nuestra caminata empieza en **Buchi Arta**, en el Supramonte de Dorgali. Nos adentraremos en el salvaje paisaje del Supramonte, una cadena de montañas que corre paralela al mar. El sendero, de buen trazado, asciende cómodamente algunos metros para luego discurrir fundamentalmente en bajada. El paisaje de rocas desnudas se ve dulcificado cuando atravesamos bosques de encinas, sabinas y enebros, especies estas muy longevas; algunos de estos árboles presentan ejemplares con cientos de años de historia, troncos muy bellos y retorcidos que forman curiosas y fantasmagóricas formas.

Al fondo, el azul más azul de todo el Mediterráneo cerrará nuestra vista en lontananza. Pasaremos al lado de una curiosa choza de pastores, característica construcción de piedra

en forma de círculo con cubiertas de troncos de enebro y ramas, testigo fiel de la vida pastoril en estas montañas alejadas de todo. En la medida en la que bajamos iremos encontrando una vegetación más densa y frondosa que aprovecha las umbrías bajo las paredes rocosas que sobresalen centenares de metros sobre nuestras cabezas.

Así, disfrutando a cada paso de nuestro recorrido y casi sin darnos cuenta llegaremos a Cala Luna, un arco de arena blanca y dorada enmarcado entre el verde de la vegetación y el azul del mar. Tiempo para tomar nuestro picnic, una "Ichnusa" (cerveza de Cerdeña) o un refresco en el chiringuito de la cala, y relajarnos bajo el sol, y vamos al embarcadero donde nos espera el barco para volver al pueblo de Cala Gonone.

Características del recorrido. Trekking de unas dos horas y media, la mayor parte en descenso hacia Cala Luna, con un desnivel de unos 350 m; la dificultad está relacionada con las características de un breve tramo del recorrido que, siempre en bajada, presenta terreno pedregoso y piedras sueltas (un poco resbaladizas), la última parte hasta la playa es en llano. Importante llevar botas de montaña.

DÍAS 7: EXCURSIÓN EN LA GARGANTA DE GORROPU

Entre las más profundas de Europa, esta excursión está considerada como visita obligada por su espectacularidad cuando nos acercamos al Supramonte, en este nos vamos al Supramonte de Urzulei y Orgosolo.

Un imponente modelado cárstico originado por movimientos tectónicos, que unidos a la acción erosiva del agua ha dado vida a sus majestuosas paredes que en algunos lugares alcanzan los 400 m de altura.



Caminar por su interior es una experiencia comparable a hacerlo bajo colosos que nos vigilan mientras nos hacemos cada vez máspequeños. Saldremos temprano en la mañana desde nuestro hotel en Cala Gonone, de nuevo en vehículos todo terreno que nos harán la aproximaciónmás agradable y sencilla.

El acceso hasta la entrada de la "gola" de Gorropu se hace vía el agrícola valle de Oddoene, pasando entre olivos y viñas, principal uso agrícola de los habitantes de la cercana Dorgali. El entorno en su interior es único, salvaje, incontaminado, testimonio de las eras geológicas pasadas. Nos acercamos a la entrada de la garganta con el coche todoterreno pasando por la SS (carretera estatal) 125, una carretera panorámica que domina el fértil valle de Oddoene.

La garganta tiene una longitud de aproximadamente 1.5 km pero nosotros recorreremos solamente la primera parte, la más accesible. Forma parte de un sistema cárstico de 14 km. y está considerada la más alta de Europa debido a su pared totalmente vertical: desde Punta Cucutos (888 mt) baja 500 mt, y en el fondo se vuelve más estrecha hasta los 4-5 mt.

Características del recorrido. Es una excursión dinámica que durará unas seis horas en total (incluidos los traslados en coche, los descansos y la pausa para comer). La dificultad está relacionada con las características de un corto tramo de la garganta, donde nos movemos entre las piedras del lecho del río. Importante llevar botas de montaña.

DÍA 8: OLBIA – VUELO DE REGRESO A MADRID/BARCELONA

Desayuno y a la hora convenida traslado al aeropuerto de Olbia y viaje de vuelta a España.

FIN DEL ITINERARIO



FICHA TÉCNICA

SALIDAS:

Madrid. Presentación a las **06.45hrs.**en el aeropuerto Internacional de Barajas-Adolfo Suárez, en la **Terminal 4 (T-4)**, junto los mostradores **870-880.**
Salida en vuelo de la compañía aérea Iberia a las **09.45hrs**. Hora prevista de llegada a Olbia: **12.00hrs**.

Barcelona. Consultar hora prevista de salida en nuestras oficinas.

REGRESOS:

Madrid. Llegada prevista al mismo aeropuerto sobre las **14.55hrs**. del día previsto correspondiente.

Barcelona: Consultar en nuestras oficinas la hora prevista de llegada.

CONSULTAR HORARIO DE SALIDA PARA EL MES DE SEPTIEMBRE

NOTA : En los vuelos reservados se podrá facturar una maleta de 23 kilos y llevar un equipaje de mano de máximo 8 kilos y el bolso/mochilita.

PRECIO: 1.195 Euros **PRECIO R.A.:** 1.145 Euros

GRUPO MÁXIMO: 28 personas **GRUPO MÍNIMO:** 17 personas

Suplementos:
Suplemento por ocupación de 20 a 24 personas: 69 €
Suplemento por ocupación de 17 a 19 personas: 115€
Suplemento salidas en Agosto: 95 €
Suplemento alojamiento en habitación individual (opcional y según disponibilidad): 195 €
Tasas aéreas estimadas: 89 €
(Precio sujeto a variaciones en el momento de la emisión de los billetes aéreos)

INCLUYE:

- Vuelos Madrid/ Barcelona-Olbia-Madrid/Barcelona.
- Traslados aeropuerto.
- Recorrido en autobús o minibús según itinerario por Cerdeña.
- Alojamiento y desayuno en hotel en habitación doble con baño/ducha en TempioPausania, en Cala Gonone y en Oristano
- Una cena con especialidades sardas.
- Almuerzo con los pastores en Orgosolo.
- Recorrido en barco o lancha de Cala Luna a Cala Gonone.
- Entradas a la Cueva de Neptuno (Alghero).
- Entrada al complejo nurágico de Santa Cristina.
- Entrada al recinto monumental de Tharros.
- Vehículos todo terreno para la excursión a Gorropu y Cala Luna.
- Guía acompañante de Alventus/Añosluz.
- Seguro de viaje.

NO INCLUYE:

- Tasas aéreas.
- Entradas a museos o monumentos. (Excepto los mencionados en el apartado anterior)
- Cualquier otro servicio no incluido en el apartado anterior.

CONDICIONES Y SEGURO

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:
Si deseas beneficiarte del precio de reserva anticipada (R.A.) tienes que hacer el pago de la reserva al menos 40 días antes de la fecha de salida (excepto el pago del resto que se realizará como máximo 20 días antes de la salida y las tasas aéreas que se abonarán a la emisión de los billetes).

CONDICIONES DE RESERVA DE VIAJE PARA LA TEMPORADA DE VERANO 2023

La reserva deberá ser realizada preferentemente por NUESTRA WEB, POR CORREO ELECTRONICO o en su caso por teléfono. Las solicitudes de reservas recibidas serán confirmadas por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **84 Euros**, mediante transferencia o tarjeta de crédito.
DATOS BANCARIOS para transferencia:

Titular: *Viajes Alventus S.L.*
Entidad: LA CAIXA
Cuenta corriente: ES65 2100 8436 49 2200712883

(En caso de transferencia es imprescindible remitir por correo-electrónico un justificante del pago indicando claramente el nombre de la persona, viaje y fecha)

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

SEGURO INCLUIDO:

RESUMEN DE COBERTURAS – INCLUYE ASISTENCIA POR COVID 19	
EQUIPAJES: Pérdidas materiales	151 Euros
ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION:	
Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España	600 Euros
Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o Accidente ocurridos en el extranjero	6.000 Euros
PRORROGA DE ESTANCIA EN HOTEL con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros

DESPLAZAMIENTO DE ACOMPAÑANTE POR HOSPITALIZACION ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
REPATRIACION O TRANSPORTE SANITARIO DE HERIDOS O ENFERMOS	Ilimitado
REPATRIACION O TRANSPORTE DE FALLECIDOS	Ilimitado
BILLETE DE REGRESO DEL ASEGURADO POR FALLECIMIENTO DE UN FAMILIAR DIRECTO	Ilimitado
RESPONSABILIDAD CIVIL PRIVADA	6000 Euros

Opcional:
Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

Por un importe desde 30 euros, entre otras coberturas, cubre los gastos de cancelación del viaje por causas de fuerza mayor.

Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

Solicite en nuestras oficinas el desglose de las coberturas de cada uno de ellos.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS.

Ambos seguros contemplan accidentes o enfermedades sobrevenidas durante el viaje. Puede consultarnos otros tipos de seguros con mayores coberturas

CONDICIONES GENERALES

Todos los datos e informaciones contenidas en la Ficha Técnica del Viaje están sujetos a las Condiciones Generales publicadas en la página Web correspondiente.

Nota: El boletín al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de cultura y naturaleza. Las personas que se inscriben en estos programas conocen las especiales características de su operativa y desarrollo, y por lo tanto son conscientes de la posibilidad, razonada, de posible modificación en el itinerario, servicios de alojamiento, transportes y duración motivados por causas ajenas a la organización y a la agencia de viajes.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

TASAS: Las tasas aéreas no están incluidas en el precio final del viaje y su cuantía aproximada se ofrece como un suplemento en el apartado SUPLEMENTOS de la presente Ficha Técnica.

Las **tasas aéreas** hacen referencia al precio del combustible, costes de seguridad, impuestos aeroportuarios, gubernamentales, etc. Estas tasas **NO SERÁN EXACTAS HASTA LA EMISIÓN DE LOS BILLETES AÉREOS, POCOS DIAS ANTES DE LA SALIDA DEL VIAJE.** Es la compañía aérea quien estipula y modifica este importe. Por esta razón, y antes de recoger la documentación del viaje, os comunicaremos el importe final de las tasas exactas, ya que la cantidad indicada en el apartado SUPLEMENTOS es estimada y sujeta a variación, porque el carburante, tasas, o impuestos por las compañías aéreas, nunca se puede prever.

Las **tasas locales** (si las hay) se pagan directamente al tomar algún vuelo durante el viaje (vuelos internos por lo general y a la salida de los países). Su importe lo fijan las autoridades aeroportuarias locales

DOCUMENTACIÓN

Es necesario llevar Documento Nacional de identidad en vigor (o en su defecto Pasaporte), que no caduque mientras dure nuestra estancia.

VACUNAS Y MEDICINAS

Ninguna recomendación en especial. Además de llevar un seguro de viaje de amplia cobertura es recomendable llevar la cartilla de la Seguridad Social y la tarjeta sanitaria europea que se puede solicitar en el siguiente enlace https://administracion.gob.es/pagFront/tramites/fichaTramite.htm?idTramiteSeleccionado=4229&idHechoVital=23&origen=listadoHechosVitales

Se recomienda llevar también un pequeño botiquín de viaje además de las medicinas del tratamiento, que en su caso, alguien pudiera seguir.

DINERO

Zona Euro. Las tarjetas de crédito más utilizadas son **VISA, MASTER CARD y AMEX**, si bien en los pueblos de montaña por donde nos movemos pocos comercios aceptan las tarjetas de crédito.

SALUD / MEDICINAS

Ninguna recomendación en especial. Además de llevar un seguro de viaje de amplia cobertura es recomendable llevar la cartilla de la Seguridad Social y la tarjeta sanitaria europea. Es recomendable llevar un pequeño botiquín de viaje y no olvidar las medicinas del tratamiento que, en su caso, alguien pudiera seguir.

CLIMA

Mediterráneo pero atemperado dependiendo de la zona geográfica en donde nos encontremos en cada momento. En las montañas y durante el día la temperatura es agradable para caminar, refrescando por la noche. En las zonas de costa, igualmente la temperatura es agradable durante la mañana y la tarde. En las horas centrales del días hará calor si bien muy atemperado por las constantes brisas marinas que durante el verano se dan en el clima de la isla.

EQUIPAJE Y ROPA

Recomendamos muy especialmente llevar una bolsa de viaje y una pequeña mochila suplementaria (para las excursiones y útiles del día). Equipo recomendable a llevar: ropa ligera, botas de montaña tipo trekking o similar, gafas de sol y gorro/a o sombrero, protección solar, bañador y toalla (opcionales; la posibilidad de bañarse dependerá del clima), camisetas y camisas, pantalón largo, algún jersey o sudadera, plumífero (ligero) o chubasquero, forro polar (ligero), calcetines, cantimplora o bote para agua. Muy recomendable, bastón telescópico para andar (si lo usas habitualmente), prismáticos y cámara de fotos. Es muy importante controlar las previsiones meteorológicas al momento de hacer la maleta: https://it.windfinder.com/forecast/sardegna.

ALOJAMIENTO

En **Oristano** nos alojamos en el **Hotel Mariano IV Palace Hotel**,(www.m4ph.eu) de 4**** estrellas. Situado en pleno centro de la ciudad, casa señorial restaurada, habitaciones dobles espaciosas con baño/ducha. Decoración clásica, salón, pequeño bar y las habitaciones rodean a un bonito patio con jardín.

En **Cala Gonone** nos alojamos en el hotel San Francisco (www.hotelsanfrancisco.com)
En **TempioPausania** nos alojamos en el hotel New Petit Hotel (www.newpetithotel.com) de 3*** estrellas. Situado en el centro del pueblo, nos alojamos en cómodas habitaciones dobles.

COMIDAS Y BEBIDAS

Están incluidos los desayunos y una cena típica. El resto de las comidas no están incluidas. Para cuando estemos de excursión en zonas de montaña o naturaleza (donde no sea posible encontrar algún bar o restaurante) deberemos llevar nuestra propia bolsa de avituallamiento. El/la guía dará indicaciones al efecto y podremos comprar algunas vituallas para podernos preparar un picnic durante la excursión. Para el resto de los almuerzos y cenas se puede optar por disfrutar de la excelente gastronomía que nos ofrece la isla: por supuesto las pastas como los **Culurgiones** que son raviolis rellenos de puré de patatas, yemas de huevo, menta y queso servidos con tomate o salsa de carne. Los

Malloreddus son gnocchi (bolas de masa) servidos con salsa de tomate natural, sachichas picadas y azafrán. El **PaneFrattau** se hace con rebanadas de pan carasau mojadas en caldo y aderezadas con queso pecorino, salsa de tomate y huevos. El **Stufato di capretto** es un estofado de cabrito con alcachofas y azafrán. La burrida es pescado marinado durante un día con ajo, perejil, avellanas y vinagre. El **porceddu**es un cochinillo asado a la brasa. Los **Quesos Sardos:** los de cabra frescos como el caprino, fiore sardo. El queso ricotta o el pecorino (de oveja). Los quesos de montaña de Dorgali..., las siempre socorridas pizzas y por supuesto los mil y un pasteles y helados que por todos lados encontraremos en los diferentes establecimientos de la isla. **ZuppaGallurese** (en sardo, *suppacuata*) es el plato típico por excelencia de esta zona de Cerdeña, se parece a una especie de lasaña hecha con pan, queso de vaca y pecorino y caldo de carne (oveja y ternera). Un plato "pobre" muy sabroso que recomendamos probar.Mención aparte merecen **los vinos.** Las primeras vides llegaron a Cerdeña de mano de los fenicios. Hoy la isla produce excelentes y curiosos vinos. Entre los tintos destacamos el **Cannonau**, el **Carignano de Sulcis** y el **Campidano de Terralba**. Los vinos blancos son también excelentes, el Nuragus es una uva blanca muy extendida. **Vermentino di Gallura**es un tipo devino que se ha internacionalizado, en esta región de Cerdeña este tipo de uva ha encontrado las condiciones ideales que le han permitido alcanzar altos niveles cualitativos.

El **Semidano,** seco y afrutado. Entre los dulces destacan el **Vernaccia** y el **Moscato de Cerdeña.** En muchos lugares de la isla encontraremos las llamadas "Cantinas Sociales" (Pequeñas Bodegas) que se pueden visitar y degustar los vinos de la zona. El licor llamado abbardiente (del español aguardiente) es una modalidad de grapa que está muy extendida por toda la isla, sobre todo en las regiones del interior. La cerveza local llamada **"Ichnusa"** está muy buena y de seguro que al final del viaje nos habremos tomado más de una.

EXCURSIONES

Las excursiones a pie que planteamos en este programa se tratan de cómodos recorridos a piecon desniveles asequibles a cualquier persona que le guste caminar. En el itinerario se han comentado los diferentes itinerarios, horarios y desniveles, a esta información nos remitimos.

NUESTRO GUÍA

El/la Guía acompañante tiene como labor organizar las rutas, fijar los horarios coordinando la salida de los grupos en sus alojamientos, velar por la buena marcha del programa, integrar a todos en la zona, informar y orientar sobre los aspectos más interesantes de los lugares que visitamos, así como decidir cualquier cambio de ruta con causa suficiente y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. No actúa como guía local en las visitas a ciudades o monumentos. Generalmente y dependiendo de la composición del grupo contamos también con un Guía/Ayudante que tiene como misión asistir al Guía principal además de caminar al final del grupo.

LIBROS

Guía Visual "Cerdeña". El País Aguilar.
Cerdeña, guía LonelyPlanet
In Sardegna non c'èil mare, Marcello Fois (2006)
Viaggio in Sardegna, MichelaMurgia (2008)
Passaggio in Sardegna, MassimoOnofri (2015)
Mare e Sardegna, D.H. Lawrence (1921)
Sardegna come un'infanzia, Elio Vittorini (1952)

"Cerdeña", artículo en el número especial "Viajes" de la revista "NationalGeographic", n. 196, año XVII

MÚSICA

La música sarda es extremadamente viva, muy escuchada por toda la gente sarda y, aunque muy arcaica, es apreciada también por los jóvenes sardos que tienen una fuerte relación con sus tradiciones. El canto más famoso y peculiar es el llamado "a tenores", canto solista en lengua "sarda" acompañado por tres cantantes que emiten sonidos guturales.



www.aluz.com | reservas@aluz.com | www.alventus.com | alventus@alventus.com | 954 210 062 901 250 260



EN RUTA…NUESTROS GUIAS Y PROGRAMADORES.

Nuestros viajes y rutas llevan el sello especial de nuestro equipo de producción. Una cuidada elección de los itinerarios, de las excursiones y de los lugares a recorrer. La comprobación en directo de los servicios…, la búsqueda del detalle y de lugares recónditos y curiosos…, siempre realizados con la ilusión de profesionales apasionados por el viaje. Este es el afán que nos mueve y nuestro aval de calidad y garantía. En la foto Valentina Muggittu del Equipo de Guías y Programadores de Alventus&AñosLuz durante un recorrido por la isla.

CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver en la página web las condiciones en la siguiente dirección, https://www.aluz.com/condiciones o https://www.alventus.com/condiciones. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono / contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

NUESTRO GRUPO

ALVENTUS viajes · añosluz EN EL MUNDO · ALVENTUS BIKE · PUZZLE VIAJES singles con niños · DrumbuN viajes en familia · Travelmusic · VIAJES FOTOGRÁFICOS



ALVENTUS & AÑOS LUZ. MIRANDO AL FUTURO
¿Te unes a nuestro punto de encuentro viajero?
Te invitamos a que te unas, si es que no lo has hecho ya, a nuestro grupo de Facebook: Alventus & AñosLuz, Mirando al futuro. En el, estamos compartiendo fotos, vídeos, anécdotas... de viajes realizados pero también de los que nos gustaría ver en el futuro.
Descúbrelo en este enlace:
https://www.facebook.com/groups/554015261903835

Te esperamos, construye con nosotros el futuro. ¡Adelante!

Y además síguenos en...

Concurso Foto Viajera

Os animamos también a participar en el concurso Foto Viajera. En esta ocasión valoramos el atractivo de la imagen como fotografía de viaje.



Primer Premio:
David Martínez Aparicio



Segundo Premio:
Carmen Bocos Galán



Tercer Premio:
María José González Casquet

Para mas información, consulta nuestras web:
alventus.com/concursos
aluz.com/concursos



TURISMO RESPONSABLE

En ALVENTUS&AÑOSLUZ apostamos por la organización de los viajes de forma responsable y sostenible.

Colaboramos con los agentes locales, guías y proveedores con servicios de calidad y respetuosos. En la medida de lo posible se procura la contratación de alojamientos sostenibles y siempre respetando las normas ambientales.

Se procura la información y sensibilización a los viajeros sobre la protección de los espacios naturales que visitamos intentando minimizar nuestro paso por esos espacios. Igualmente se encomienda a los/as viajero/as respetar las culturas y tradiciones locales y ser muy respetuosos a la hora de la realización de fotografías de personas, pidiéndoles permiso en su caso.

Aconsejamos que en todos nuestros viajes por Europa y zonas de gran calidad saludable que los viajeros NO COMPREN AGUA EMBOTELLADA EN RECIPIENTES DE PLÁSTICO y si utilicen sus propias botellas rellenándolas en los hoteles, bares o restaurantes o en muchas de las fuentes de agua potable que se encuentran en las rutas.

En los viajes por lugares exóticos como Asia o Sudamérica y trekkings recomendamos igualmente el uso de agua potable de los establecimientos tratándolas en su caso con pastillas potabilizadoras.

Recomendamos igualmente ser sensibles en la utilización de los recursos en las zonas naturales que visitamos.

ALVENTUS&AÑOSLUZ colaboran de forma regular con organismos de protección de la naturaleza.

Muchas gracias