

CERDEÑA INCOGNITA

PROPUESTA ESPECIAL ASOCIACION SENDERISTA

“LLEGA COMO PUEDES”



Ruta naturalista en el Mediterráneo más azul

¡NUEVA RUTA!

Verano 2014 / 8 días

Este año incluimos una importante **novedad**; cambiamos la base de alojamiento en Dorgali por un buen hotel al lado de la **playa, en la bonita Cala Gonone**. 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, la primavera se nos muestra en todo su esplendor, siendo una de las mejores épocas para descubrir esta isla. Una isla eminentemente montañosa, varias cadenas de montañas: la **Marmora, Gennargentu**, el **Supramonte** han configurado el paisaje y han dotado el interior de 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 S.VII a.C. quedando testimonios en las llamadas **Domus de Janas**. Después llegaron otras gentes, quizás de Oriente, y fundaron la enigmática civilización nurágica. Después llegaron fenicios, romanos y hasta la Corona española estuvo presente en la isla durante varios siglos. Volaremos a

Cagliari y nos trasladaremos primeramente a la costa oeste, tomando como la localidad de **Oristano**. Nuestra ruta proseguirá hacia el puerto de **Alghero**, una preciosa población amurallada que conserva como lengua propia el idioma catalán. Descubriremos el **Capo Caccia** que con su bucólico faro nos evocará algunas de las imágenes más marineras de la isla. El pueblo pesquero de **Bosa**, los senderos costeros **del Parque Natural Península de Sinis e Isla di Mal di Ventre**. Por el **Supramonte** y a través de la preciosa carretera meridional sarda nos adentraremos en una región remota: la **Barbagia**. 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 **Parque Nacional del Gennargentu** hasta las salvajes calas del **Golfo de Oroséi**. Una de las costas más salvajes e impresionantes del Mediterráneo,

montañas que caen en picado al mar desde más de mil metros de altura, bosques, gargantas... cuevas escondidas en lo que denominan el **Selvaggio Blu**. En barco, recorreremos también esta costa y nos extasiaremos en lugares como el **Sendero de Cala Luna** para bañarnos en el Mediterráneo más azul.



Las casas pintadas de **Orgosolo** nos mostrarán la imagen de la Cerdeña más profunda a la vez que iremos descubriendo gentes amables, ancladas en sus tradiciones y celosos guardianes de sus costumbres, que intentarán enseñarnos algunas palabras del idioma sardo, con diferentes dialectos en cada valle. La rica gastronomía: **el pane frattau**, los **colurgiones**, el **porceddu**, los quesos de montaña, los excelentes vinos como el **Cannonau**... serán otras excelencias de una isla que quiere ser diferente.

ITINERARIO

DÍA 1: MADRID/BARCELONA- CAGLIARI. TRASLADO A ORISTANO.

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

DÍAS 2 Y 3: ORISTANO

Situada en el extremo norte de la región de 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 próspera **Tharros** la abandonaran por los constantes ataques de piratas. Entre 1100 y 1400, la ciudad floreció bajo gobernantes como Mariano IV y su hija Eleonora. 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 cómoda ubicación de nuestro hotel situado en el centro de la ciudad tendremos tiempo suficiente para explorar la ciudad. (El segundo día tendremos una cena de bienvenida con especialidades sardas)

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 Humberto**. Esta calle peatonal, conocida también como Vía Drifita, es la más elegante de Oristano y alberga impresionantes edificios como el **Palazzo Siviera**. **Piazza Eleonora** de Arborea. Alberga nobles edificios como el **Palazzo Corrias** o el **Comunale**. **San Francesco**, **Santa Chiara**, el **Antiquarium Arborese**, museo arqueológico que posee hallazgos de Tharros e interesantes retablos catalanes.

Excursiones y Actividades desde Oristano

Durante estos dos días vamos a realizar dos interesantes excursiones a lo largo de la llamada Costa Oeste de Cerdeña:

Capo Caccia, Alghero y Bosa.

Llegaremos a la ciudad de **Alghero**, aquí, tomaremos un barco para navegar y recorrer parte de la llamada Costa Oeste, llegando a la boca de la cueva de Neptuno, situada en uno de sus extremos, donde se encuentra el llamado **Cabo Caccia**, ascenderemos a él por unas escaleras tallada en el acantilado. 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 marineramente del lugar. Se trata de un lugar de enorme belleza paisajística. Después, pondremos rumbo hacia la ciudad de **Alghero** donde llegaremos medio día. A principios del Siglo XII, la familia aristócrata Doria de Génova decidió levantar dos fortalezas en Cerdeña: Castelgenovese (hoy Castelsardo) y Alghero. Debido a la abundancia de algas en la costa, la segunda fue denominada Alquerium, S'Alighera en sardo y **L'Alquer en catalán**. Tras un corto dominio pisano la ciudad fue conquistada por los aragoneses en 1353, y ha sido siempre la ciudad más española de la isla. El caso 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 más española de Cerdeña. Aún se conserva el idioma catalán en la ciudad y es la lengua "oficial" junto al italiano al mismo tiempo que se reivindica como motivo de orgullo y particularidad. Las señales y nombre de las calles se rotulan en catalán y en el Ayuntamiento de la ciudad ondea la "Senyera". Se han conservado costumbres, cocina y tradiciones eminentemente catalanas, una particularidad más de una isla eminentemente diversa. 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** de la Magdalena se trata de un bonito paseo marítimo junto al pequeño puerto. El **Palazzo Albis**. Palacio del siglo XVI es un 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 nuestra escala en Alghero continuamos ruta. Nos espera la bonita y pequeña población de **Bosa**. Dominadas por el Castello de Malaspina, las casas de color pastel de Bosa ocupan la orilla derecha del río Temo muy próximo ya a su desembocadura. El río Temo es el único navegable de Cerdeña. Fundada por los fenicios la ciudad comenzó su esplendor en la Edad Media y bajo dominio español obteniendo entonces el estatuto de

ciudad real teniendo siempre estrechas relaciones con la península ibérica. Este encantador pueblo es famoso por sus tradiciones artesanales de joyería y de encajes.

Lugares interesantes en Bosa. Su interesante enclave, los barrios populares con sus calles que se retuercen en la ladera de la montaña, el pequeño y animado puerto fluvial, con sus barquitas de pescadores..., toda una delicia. La **Catedral**, el **Corso Vittorio Emanuele II**, la calle principal pavimentada con adoquines y que discurre paralela al río flanqueada por edificios aristocráticos, la **Pinacoteca Cívica**, el **Castello de Malaspina**, el barrio de **Sas Conzas**...



Tras el paseo y, por qué no, después de tomar un cappuccino con pastelitos o un buen helado regresaremos a nuestro alojamiento en Oristano, donde llegaremos al final de la tarde.

Parque Natural Península de Sinis e Isla di Mal di Ventre y 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 donde además de caminar nos podremos dar unos buenos baños. Tras varias horas de paseo y estancia buscaremos algún lugar interesante para comer. Poco después nos espera el recinto monumental de **Tharros**. Tharros fue 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 el Parque Natural Península de Sinis. 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 púnica-romana, pero también hay evidencias de que hubo una civilización anterior: el asentamiento nuraghe de Su Muru. Tras visita del lugar podremos conocer la pequeña aldea de **San Giovanni di Sinis** y el Centro de Interpretación del Parque Natural donde se exponen paneles y datos del Parque. Junto al Centro encontraremos también la curiosa iglesia paleocristiana (siglo V) de San Giovanni. 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 de Vientre.

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

DÍA 4: ORISTANO – CALA GONONE

Tras desayunar dejamos el que ha sido nuestro alojamiento durante estos días. Nuestra ruta continúa a través de un sugestivo paisaje mediterráneo hasta llegar a la aldea nuraghe de **Santa Cristina**. Interesante yacimiento de esta extraña civilización donde se mantienen ruinas de torres muy bien conservadas. También, y es lo más curioso, encontramos el llamado “pozo sagrado”; un templo dedicado a la diosa madre local que data del primer milenio a.C. El pozo está muy bien conservado y su arquitectura nos recordará a las construcciones “aztecas”. Justo al lado se encuentra un poblado medieval y la naturaleza sagrada del lugar se sucedió en los siglos con la construcción de la iglesia dedicada a Santa Cristina. Todo el lugar resume quietud y son dignos de mencionar los centenarios olivos que se asientan entre las piedras milenarias. Tras la visita seguimos por el paisaje de la **Barbagia** rumbo a **Orgosolo**. Este pueblo es famoso por la película “Banditi a Orgosolo” y por sus cientos de murales pintados en las paredes 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.

Murales en Cerdeña. Los murales sardos aparecen por primera vez en Orgosolo en los años sesenta y pronto se convierten en un rasgo característico de muchos pueblos y ciudades de la isla. Los temas de este peculiar género artístico son sátiras, políticos o sociales. Los estilos varían mucho, pero se caracterizan por su brillante colorido. La Asociación Italiana Paesi Dipinti (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.

Tras la visita nuestra ruta continúa por el paisaje de montañas del Supramonte hasta llegar a Cala Gonone. Alojamiento en hotel. **Cala Gonone** se encuentra a orillas de la recortada costa. 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. Numerosos cafés, restaurantes, bares...



DÍAS 5 Y 6: CALA GONONE: EXCURSIONES Y ACTIVIDADES EN LA ZONA.

Durante estos días haremos dos preciosas excursiones en la zona del Supramonte y la costa del Golfo de Orosei.

Parque Nacional del Gennargentu y Golfo de Oroséi.

Varias de nuestras excursiones se desarrollan en el interior de este maravilloso espacio natural. El Parque ocupa casi sesenta mil hectáreas de uno de los paisajes más agrestes y montañosos de Cerdeña. Declarado en 1989, casi todo el Parque queda dentro de la provincia de Nuoro. Dentro de la zona protegida hay 14 pueblos, pero la escasez de carreteras asfaltadas, los profundos valles y los picos desnudos le dan un aire de aislamiento. Las montañas de granito de La Marmora, las rocas calizas del Supramonte, con su laberintos pétreos. El Monte Tiscali, las gargantas de Su Gorrupu y los nacientes de Su Gologone. 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 Goloritze, 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.

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 latín barbária, 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.

El sendero de Cala Luna.

Una de las "joyas" del Parque Nacional, el recorrido o percorso de Cala Luna. Saldremos desde nuestro alojamiento en coches todo terreno que nos ayudaran a salvar desnivel entre estas accidentadas tierras. En poco rato habremos llegado al lugar conocido por los pastores como Buchiarta. Aquí veremos cómo se las apañan estos viejos habitantes de la montaña sarda para subsistir en un territorio tan hostil para el ganado. Desde aquí, tenemos un bonito y corto sendero que se adentra en el salvaje paisaje del Supramonte, una cadena de montañas que corre paralela al mar. El sendero, corto y de buen trazado, discurre fundamentalmente en bajada. El paisaje de rocas desnudas se ve dulcificado cuando atravesamos bosques de encinas, sabinas y enebros, especies éstas

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 curiosas y ancestrales chozas de pastores, características construcciones de piedra en forma de círculo con cubiertas de troncos de enebro y ramas, testigos fieles 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 los 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 buen baño en el mar nos espera a la vez que tomarnos una "Ichnusa" (cerveza de Cerdeña) o un refresco en un bar que encontramos en la cala. Tiempo para tomar nuestro picnic, bañarnos... antes de regresar en barco hasta Cala Gonone y visitar una de las grutas karsticas a pie de mar que ofrece el Golfo de Orosei.

Características del recorrido: paseo corto, de una hora y media (la mayor parte en descenso hacia Cala Luna)

La garganta de Gorropu..."un viaje al corazón del Supramonte".

Entre las más profundas de Europa, esta excursión está considerada como visita obligada por su espectacularidad cuando nos acercamos al Supramonte. Un imponente modelado karstico originado por movimientos tectónicos, que unidos a la acción erosiva del agua han 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 más pequeños. Saldremos temprano en la mañana desde nuestro hotel en Cala Gonone, de nuevo en vehículos todo terreno que nos harán la aproximación más 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.

Una vez en la boca de la garganta, dejaremos nuestro transporte para continuar a pie para perdernos en la exuberante espesura de la "macchia" mediterránea que nos conducirá hasta el universo calizo de Gorropu, un viaje que no olvidaremos fácilmente. Tendremos unas 4 horas de marcha y unos 150 m de desnivel en subida(al regreso en bajada), con las paradas incluidas, antes de regresar hasta nuestro transporte que nos devolverá al mar, mientras seguimos saboreando este viaje al pasado.

DÍA 7: CALA GONONE – CAGLIARI

Tras el desayuno dejamos Cala Gonone y ponemos rumbo a Cagliari donde llegaremos antes del medio día. Llegada, alojamiento y pronto nos disponemos a realizar una visita guiada del centro histórico de Cagliari. Cagliari, capital de la isla, fue fundada por los fenicios, pero el legado histórico que más ha perdurado es el de los aragoneses. La fortificación española, o barrio de Castello, sigue dominando la ciudad. El emplazamiento de la ciudad, protegida dentro de un golfo, ha hecho siempre de Cagliari un puerto importante. Los fenicios escogieron durante los siglos VIII al VI a. C. la

orilla este de la laguna de Santa Gilla como escala para los barcos comerciales que viajaban entre El Líbano y la Península Ibérica. Karalis (Ciudad Rocosa) pronto se convirtió en uno de los principales centros comerciales del Mediterráneo. La primera vista de la ciudad es el elegante bulvar de Vía Roma, paralelo al muelle y flanqueado por edificios porticados del siglo XIX. Durante el día, la gente recorre esta animada calle comercial, parando en los cafés para relajarse y charlar. Detrás se extienden las estrechas calles y callejones de viejo barrio de Marina. Esta zona alojaba a los pescadores y mercaderes, pero ahora está llena de tradicionales tabernas y trattorie, así como tiendas de artesanía y de antigüedades. El Barrio de Castello, la parte más antigua de Cagliari, fue construida por los pisanos y los aragoneses. Ubicado en lo alto de una colina y protegido por las murallas de la ciudad, estaba compuesto por palacios y mansiones aristocráticas. El centro del barrio lo ocupa la Piazza Palazzo con el Palacio Arzobispal y la catedral. La antigua ciudadela está rodeada por imponentes torres vigía que dominan las puertas de entrada. Interesantes edificios y monumentos se concentran en este histórico barrio: el Bastione de San Remy, la Porta dei Leoni, la Torre dell'Elefante, la Porta dei Leoni, la Vía La Marmora... .

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

Tras el desayuno, traslado al aeropuerto de Cagliari y viaje de vuelta a España.

Fin de Itinerario

FECHAS: del 20 al 27 de julio
del 3 al 10 de agosto
del 17 al 24 de agosto
del 2 al 9 de septiembre

SALIDAS:

20 DE JULIO-3 Y 17 AGOSTO:

Madrid. Presentación a las 09.30 h en el Aeropuerto Internacional de Barajas, en la Terminal 2 (T-2), frente al mostrador de información de AENA .

HORA DE SALIDA: 11.30 hrs. Hora prevista de llegada a Cagliari: 18.20 hrs.

El vuelo será vía Roma.

BARCELONA: Presentación: Consultar en nuestra oficina, hora prevista de presentación y punto de encuentro.

Salida en vuelo de "Alitalia" a las 11.40 hrs. El vuelo será vía Roma, teniendo la llegada prevista a Cagliari a las 18.20 hrs.

REGRESOS:

MADRID: La llegada a Madrid está prevista aproximadamente a las 16.55 hrs. siendo el vuelo vía Roma.

BARCELONA: La llegada a Barcelona está prevista aproximadamente a las 16.50 hrs., siendo el vuelo vía Roma.

Consultar horarios de salida para la salida de Septiembre.

NOTA IMPORTANTE: Se deberá reconfirmar el horario de SALIDA y PRESENTACIÓN con al menos 72 horas de antelación directamente en nuestras oficinas, bien personalmente o por teléfono.

GRUPO MÍNIMO: 10 personas

GRUPO MÁXIMO: 28 personas

PRECIO : 1.165 € **PRECIO R.A. :** 1.120 €

SUPLEMENTOS:

Suplemento por ocupación de 10 a 19 personas: **99 €**

Suplemento salidas en Agosto: **99 €**

Suplemento alojamiento en hotel en habitación individual (opcional y según disponibilidad): **190 €**

Tasas aéreas estimadas: 175 €

(Tasas sujetas a variación en el momento de la emisión de los billetes aéreos.)

INCLUYE:

- Vuelos Madrid/ Barcelona-Cagliari-Madrid/Barcelona
- Traslados aeropuerto
- Recorrido en autobús o minibús según itinerario por Cerdeña.
- Vehículos todo terreno para excursiones por Supramonte.
- Alojamiento y desayuno en hotel en habitación doble con baño/ducha en Cagliari, en Cala Gonone y en Oristano
- Una cena en Oristano con especialidades sardas.
- Entrada cueva del buey marino.
- Traslado en barco desde Alghero a Cueva de Neptuno.
- Traslado en barco desde Cala Luna a cueva del buey marino.
- Entrada al complejo nurágico de Santa Cristina.
- Entrada al recinto monumental de Tharros.
- 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

OFERTA ESPECIAL PARA ASOCIADOS DEL GRUPO DE SENDERISMO “LLEGA COMO PUEDAS”. Los socios debidamente acreditados de la ASOCIACIÓN “LLEGA COMO PUEDAS” tendrán, dadas sus relaciones comerciales con ALVENTUS VIAJES un descuento sobre el precio de venta de este viaje del 5% cuando el número de plazas a reservar sea de entre 4 y 10 plazas. Se establecerá un descuento del 9% si las plazas reservadas son entre 10 y 17 plazas. Para un número de plazas superior rogamos consultar.

FORMA DE RESERVA Y DE PAGO:

La reserva deberá ser realizada en nuestras oficinas, personalmente o por teléfono. Las reservas realizadas por Correo Electrónico (Email) tendrán que ser confirmadas posteriormente en nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de 350 Euros. El resto deberá hacerse al menos quince días antes de la salida. El pago podrá realizarse en efectivo, transferencia o tarjeta de crédito.

Titular: *Viajes Alventus S.L.*
Entidad: LA CAIXA
Cuenta corriente: *ES 52 2100 2143 62 0200134507*

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

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

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.....	602 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.....	Ilimitado
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.....	6.011 Euros

Opcional:

Disponemos de 2 seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

1.- Por un importe de 38 euros. Entre otros riesgos cubre los gastos de cancelación de viaje, por causas de fuerza mayor, hasta un límite de 1.200 euros. Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva;

2.- Por un importe de 59 euros. Entre otros riesgos cubre los gastos de cancelación de viaje, por causas de fuerza mayor, hasta un límite de 3.000 euros. 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.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

DOCUMENTACIÓN

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

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 día 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 o maleta y una pequeña mochila suplementaria (para las excursiones y útiles del día). Equipo recomendable a llevar: Ropa ligera, botas ligeras de montaña tipo trekking o zapatillas deportivas con buena suela, gafas de sol y gorro/a o sombrero, protección solar, bañador, camisetas y camisas pantalón ligero largo y cortos, chubasquero, forro polar (ligero), toalla de playa, calcetines (ligeros), cantimplora o bote para agua.

ALOJAMIENTO

En **Cagliari** nos alojamos en el **hotel Italia**, de 3*** estrellas,(www.hotel-italia-cagliari.com) en habitación doble con baño/ducha. Se sitúa en el corazón de la ciudad de Cagliari, en el famoso barrio histórico de La Marina, nos ofrece muchos servicios: teléfono directo, aire acondicionado, tv, secador de pelo, minibar en cada habitación, sala de desayuno, un bar y servicio Wi-fi en el salón etc. En **Cala Gonone** nos alojamos en el hotel Cala Luna (www.hotelcalaluna.net). Hotel de 3*** muy agradable y de gestión familiar. Dispone de cómodas y amplias habitaciones dobles con baño/ducha. Además dispone de bar, restaurante, terraza, gimnasio, wi-fi... . En **Oristano** nos alojamos en el **Hotel I.S.A.**.(www.m4ph.eu) de 3*** 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.

COMIDAS Y BEBIDAS

Se incluyen los desayunos y la cena de bienvenida que realizaremos en **Oristano** con platos con especialidades sardas. 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 poder preparar un picnic durante la excursión. Para el resto de almuerzos y cenas se puede optar por disfrutar de la excelente gastronomía que nos ofrece la isla: por supuesto las pastas como los **Culungiones** 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 **Pane Frattau** 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 **ricota** 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. 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. El **Vermentino**, 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 grappa 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.

GUÍA

El Guía responsable tiene como labor organizar las rutas, velar por la buena marcha del viaje, 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 si existiesen causas justificadas para ello o imprevistos meteorológicos y atendiendo siempre a la seguridad del grupo.

No actúa como Guía local en las visitas a ciudades o monumentos.

EXCURSIONES

Las excursiones a pie que planteamos en este programa se tratan de cómodos recorridos a pie con 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.

LIBROS

Guía Visual "Cerdeña". El País Aguilar.

La acabadora. Michela Murgia.

Viaggio in Sardegna. Michela Murgia.

In Sardegna non ce il mare. Marcello Fois.

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.

CINE

Banditi a Orgosolo: Vitorio de Seta. 1961

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 las fotos (izquierda) Mila Tejada del Equipo de Guías y Programadores de Alventus /Años Luz durante un recorrido de "exploración" por la isla. A la derecha, Ricardo de Castro y Raúl Gómez.



CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver páginas 54 y 55 de nuestro **FOLLETO DE GRUPOS 2014**. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono/ contrato de viaje que debe tener todos los/ las clientes al inicio del viaje.

Nota: El folleto al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de Naturaleza y de aventura. 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.



CONSULTA NUESTRO MURO DE FACEBOOK Y PARTICIPA...

Aquí puedes encontrar experiencias de otros viajeros, ver nuestros álbumes de fotos y, además, participar con tus aportaciones... te esperamos

Alventus y Añoslue colaboran

Bona N'Goni tiene como finalidad construir un centro educativo y social en Togo, en una finca que se encuentra muy cerca de Sokodé, la segunda ciudad.