

añosluz
EN EL MUNDO

ALVENTUS
viajes



CERDEÑA INCÓGNITA

Ruta naturalista en el Mediterráneo más azul

Invierno 2018 / 7 días



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. Embraga por la belleza de sus colores mediterráneos, por la benevolencia de su clima, en el invierno se nos muestra con gran 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 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 española estuvo presente en la isla durante varios siglos.

Volaremos a Cagliari y nos trasladaremos primeramente a Dorgali, pueblo de montaña ubicado en la costa este.

Por el **Supramonte** y a través de la preciosa carretera meridional sarda nos adentraremos en una región remota: la **Barbagia**. Nuestra ruta proseguirá hacia **Oristano**, pequeña y tranquila ciudad de la costa oeste reconocida por su rica tradición enogastronómica. Visitaremos **Orgosolo**, pueblo apreciado por sus murales, y el fascinante sitio arqueológico de **Santa Cristina**, con su asombroso pozo sagrado; descubriremos la salvaje **Costa del Montiferru** con las maravillosas vistas del arco de S'Archittu y de Santa Caterina de Pittinuri. Al final del viaje, brindaremos el inicio del nuevo año visitando una de las antiguas maravillas de la isla, **su Nuraxi de Barumini**, inmerso en una naturaleza incontaminada a unos pocos kilómetros del **Parque de la Giara**, conocido por sus caballos salvajes. La primera parte del viaje nos alojamos en **Dorgali** y la segunda en el **Hotel Mariano IV de Oristano**. El hotel toma el nombre de uno de los más importantes y magnánimos jueces del Reinado de Arborea, padre de la famosa Leonor, de la que descubriremos la historia durante nuestra estancia oristanés. Desde Dorgali exploraremos 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 la preciosa cueva del Buey Marino. Tras el trekking a lo largo del Golfo de Orosei, daremos un paseo por Dorgali y, al final de la tarde, degustaremos vinos y otros productos de la tradición gastronómica barbaricina. Las casas pintadas de **Orgosolo** nos mostrarán la imagen de la Cerdeña más 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.

La rica gastronomía: **el pane frattau**, los **culurgiones**, la **bottarga** (huevas secas de mújol), los **quesos** de cabra y de oveja, los excelentes vinos como el **Cannonau**, la

Vernaccia, el Vermentino. Serán otras excelencias de una isla con un carácter fuerte y bien reconocible.



ITINERARIO

DÍA 28: MADRID/BARCELONA- CAGLIARI. Traslado a Dorgali.

Salida de los puntos de origen (ver FICHA TÉCNICA). Durante el viaje, haremos alto en la aldea nurágica de **Santa Cristina**, donde encontramos el llamado “pozo sagrado”, un templo dedicado a la diosa madre local que data 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 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, recorreremos otra vez la carretera “131 Carlo Felice” rumbo a Dorgali, donde llegaremos a finales de la tarde. Alojamiento.

DÍA 29: DORGALI - Parque Nacional del Gennargentu y Golfo de Orosei.

Algunas 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 sus laberintos pétreos. El Monte Tiscali, el extenso valle del Lanaittu y los nacientes de Su Gologone; 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 están 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 barbaros (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 nurágicos 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 de que venimos de la península ibérica.

En Cerdeña, además del idioma oficial, el italiano, se hablan algunas variedades de sardo y otras lenguas alógenas, como el algarés (dialecto del catalán oriental), y el tataresu y el gaddhuresu en el norte de la isla. La presencia de hispanismos en el sardo es motivo de curiosidad, interés y acercamiento hacia nosotros.



El Golfo de Orosei y la Cueva del Buey Marino

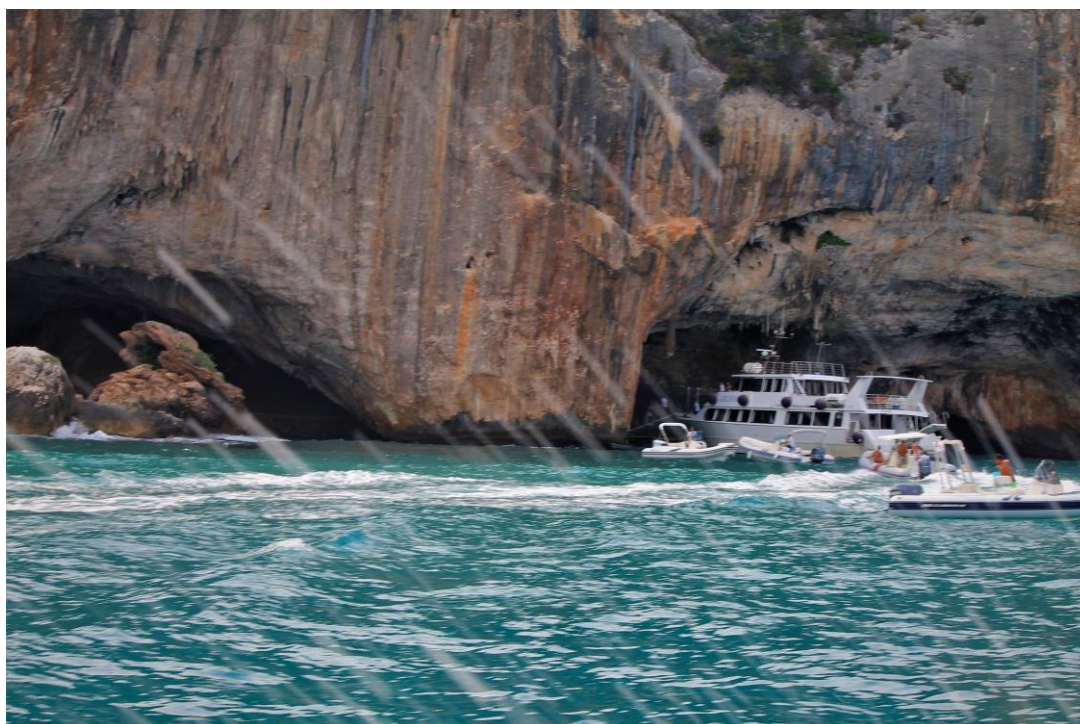
La excursión de hoy nos va introducir a la Costa del Buey Marino, a través de un hermoso recorrido a pie que desde la localidad de Cumbida Prantas nos llevará al sendero panorámico de **Toddeitto** que domina la costa del Buey Marino. El nombre de la cueva y del tramo de costa homónimo deriva de la foca monje (*Monachus monachus*, Hermann 1779), mamífero que vivió en las cuevas del **Golfo de Orosei** hasta finales de los '70, cuando, a causa de la masificación del turismo en toda la isla, el animal abandonó el que había sido su hábitat durante milenios para migrar a otros países del Mediterráneo. La ruta nos permitirá disfrutar de un entorno maravilloso y de muchos elementos de interés histórico y natural, como los *cuiles*, las

típicas cabañas de forma circular utilizadas por los pastores del Supramonte. Tras “explorar” la zona y tomar nuestro pícnic en la playa de Cala Fuili, recorreremos la preciosa carretera panorámica con los coches 4x4, rumbo a la **Cueva de Ispinigoli**. La cueva es conocida por unos hallazgos arqueológicos de época fenicio-púnica, que atestiguan su uso por parte de civilizaciones muy antiguas, y por la presencia de una columna estalagmítica alta 38 metros colocada en el medio de la sala central; el llamado “Abismo de las vírgenes” contribuye a crear fascinación en el visitante.

Terminada la visita, volveremos a nuestro hotel en Dorgali.

Características del recorrido: la excursión durará unas seis horas en total (incluidos los traslados en coche, los descansos y la visita a la cueva del Buey Marino). En total, salvamos un desnivel de unos cuatrocientos metros.

Por la noche, cena libre en Dorgali.



DÍA 30: DORGALI – ORISTANO

Tras desayunar dejamos el que ha sido nuestro alojamiento durante estos días. Antes de emprender nuestro viaje hacia el pueblo de Orgosolo, pararemos en un sitio arqueológico muy especial que se remonta al Bronce Medio (1800-1600 a.C.): la **tumba de gigantes s'Ena e Thomes**. Nuestra ruta continúa a través de un sugestivo paisaje mediterráneo hasta llegar a 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 y tendremos la posibilidad de visitar un museo de mascarar.

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 la Barbagia para trasladarnos en la vasta llanura del Campidano.

Situada en el extremo norte de la llanura del Campidano, entre la desembocadura del río Tirso y las marismas de Santa Giusta, el pueblo 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 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 cómoda ubicación 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 Humberto.** Esta calle peatonal, conocida también como Vía Dritta (la calle recta), 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**. Las iglesias de **San Francesco y de Santa Chiara**, que data del siglo XIV, momento de máximo esplendor para el Reinado de Arborea.

DÍA 31: EXCURSIONES Y ACTIVIDADES DESDE ORISTANO

Nos disponemos a visitar el tramo septentrional de la provincia de Oristano, donde la costa del Montiferru se funde con las dulces colinas de la Planargia. Tras dar un paseo por las playas de **S'Archittu** (que debe su nombre al pequeño arco de roca que domina la bahía) y **Su Riu**, cerca de Santa Caterina de Pittinuri, nos desplazaremos a **Bosa**, encantador centro urbano atravesado por el río Temo y dominado por el majestuoso **Castillo de Serravalle**.

El arco de S'Archittu es meta concurrida por los amantes del surf y de los saltos que cada verano se exhiben en impresionantes zambullidas al mar. Alto unos 15 metros,

fue moldeado por el viento y el agua del mar, y es el testimonio de una antigua cueva de erosión marina cuya bóveda se hundiría por la acción violenta de las olas y por las vibraciones de compresión y descompresión del aire.

Nuestro viaje continúa hacia el pueblo de Bosa, donde llegaremos al mediodía. El tiempo de callejear por su precioso casco antiguo y sacar unas fotos de sus típicas casitas de colores, y habrá llegado la hora de comer. La visita a la iglesia de San Pedro extra muros y al Castillo de Serravalle será la guinda de este último día del año.

Regresaremos a Oristano al atardecer. Alojamiento y **cena de fin de año**. Hoy despedimos el año así que tendremos que tomarnos las uvas y las famosas "lentejas de Capodanno" con la que lo celebran en Italia.



DÍA 01: ORISTANO – CAGLIARI

PARQUE DE LA GIARA Y PALACIO REAL DE BARUMINI "SU NURAXI"

Hoy vamos a recorrer otro interesante lugar poco distante del Campidano. Llegaremos a **Barumini**, sede del impresionante palacio real de época nurágica: **su Nuraxi**. Descubierta a finales de los '40, y completamente excavado por el arqueólogo Giovanni Lilliu, originario del pequeño poblado, al nuraghe se le otorgó el título de Patrimonio Mundial de la Unesco en 1997. Debido a su formidable arquitectura, aún muy bien conservada, su Nuraxi, que en sardo campidanés significa 'el nuraghe', atrae cada año a miles de visitantes de todo el mundo. Tendremos la oportunidad de visitar unos de los sitios más importantes y representativos de toda la isla, florón de la arqueología nurágica y de la historia más antigua de Cerdeña.

Después de comer, nos desplazaremos al pequeño pueblo de **Tuili**, asentado entre

las fértiles y serenas colinas de la Marmilla, donde encontraremos al guía que nos acompañará a descubrir el encantador **Parque de la Giara**. La altiplanicie basáltica de la Giara, que los lugareños llaman *Jara* (se pronuncia yara), se extiende por unos 42 km² y tiene una altura de unos 550 metros. Las rocas sedimentarias de la Giara – margas y areniscas – empezaron a formarse en el Mioceno, hace 25 millones de años. Durante los milenios sucesivos, sobre el estrato basáltico que ha recubierto las rocas sedimentarias, se ha depositado un velo de tierra que ha dado origen a una vegetación típicamente mediterránea. Durante nuestro paseo, bordeando extensas marismas (*paúlís*) donde se encuentran los característicos *cavallini* (ponis) de la Giara, tendremos la sensación de que el tiempo se ha detenido: los únicos sonidos que escucharemos serán los gorjeos de los pájaros y los cascos de los ponis, los únicos todavía totalmente salvajes en la isla.

Antes de la puesta del sol, llegaremos a Cagliari. Alojamiento.



DÍA 2: CAGLIARI

Tras el desayuno, nos disponemos a realizar una visita guiada del centro histórico de Cagliari. La capital de la isla fue fundada por los fenicios, pero el legado histórico que más ha perdurado es el de los aragoneses. La fortificación de origen pisano, el Catrum Caralis, 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 *Via La Marmora*, el *Bastione Santa Croce*.

DÍA 3: CAGLIARI – VUELO DE REGRESO A MADRID/BARCELONA

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

Fin de Itinerario

FICHA TÉCNICA

FECHA: Del 28 de diciembre al 3 de enero

SALIDAS:

Madrid. Presentación a las 03.50 h en el Aeropuerto Internacional de Adolfo Suárez-Barajas, en la Terminal 2 (T-2), frente al mostrador de información de AENA.

HORA DE SALIDA: 05.50 hrs. Hora prevista de llegada a Cagliari: 11.05 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 06.25 hrs. El vuelo será vía Roma, teniendo la llegada prevista a Cagliari a las 11.05 hrs.

REGRESOS:

MADRID: La llegada a Madrid está prevista aproximadamente a las 16.35 hrs. siendo el vuelo vía Roma.

BARCELONA: La llegada a Barcelona está prevista aproximadamente a las 15.50 hrs., siendo el vuelo vía Roma.

NOTA: Se **deberá reconfirmar** los horarios de SALIDAS **72** horas antes de la salida directamente en nuestras oficinas, bien personalmente o por teléfono.



GRUPO MÍNIMO: 15 personas

GRUPO MÁXIMO: 28 personas

PRECIO: 1035 €

Suplementos:

Suplemento de ocupación 15/23 viajeros: 99 €

Suplemento habitación individual (opcional y según disponibilidad): 190 €

Tasas aéreas estimadas: 178 € (Importe de tasas sujeto a variación en el momento de la emisión de los billetes aéreos)

INCLUYE:

- Vuelos desde Madrid o Barcelona a Cagliari ida y vuelta
- 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 Oristano y Dorgali.
- Cena especial de fin de año.
- Traslados en coche terreno.
- Almuerzo con los pastores en Orgosolo.
- Entrada en el museo de mascararas.
- Entrada a la cueva de Ispinigoli.
- Entrada a la iglesia de San Pedro y al Castillo de Serravalle en Bosa.
- Entrada al complejo nurágico de Santa Cristina.
- Entrada al complejo nurágico Su Nuraxi de Barumini y al parque de la Giara.
- Seguro de viaje.
- Guía acompañante de Alventus/Años Luz.

NO INCLUYE:

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

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 por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **310 Euros**. El resto deberá hacerse al menos quince días antes de la salida. El pago podrá realizarse en efectivo, transferencia o tarjeta de crédito.

Si desea pagar el viaje mediante **transferencia**, los datos son:

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

Es importante que como concepto se exprese el viaje y fecha en la que viaja, anotando claramente su nombre y apellidos. *En caso de transferencia o giro postal es preceptivo el envío* por e-mail del justificante.

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

Por un importe desde **27** 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.



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.

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 y estas tasas pueden sufrir variaciones por las decisiones de la administración de cada país en concreto.

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.

COMUNICACIONES

Los usuarios de telefonía móvil tienen amplia cobertura, asegurada por los operadores italianos. Los alojamientos tienen buena cobertura.

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 que se solicita en el ambulatorio más cercano. Se recomienda llevar también un pequeño botiquín de viaje además de las medicinas del tratamiento, que, en su caso, alguien pudiera seguir.

VÍDEO, FOTOGRAFÍA Y OTROS

Sin restricciones en el material. La electricidad es igual que en España y los enchufes compatibles con los nuestros (en el caso de los cargadores de baterías).

CLIMA

El invierno es ideal para descubrir Cerdeña, el verde de los prados de montaña, la luz, el sol que nos calienta... En las montañas y durante el día la temperatura es agradable, refrescando por la noche. En las zonas de costa, igualmente la temperatura es agradable durante la mañana y la tarde refrescando por las noches. Con un poco de suerte incluso nos podremos dar algún baño.

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 para llevar: ropa de abrigo (plumífero y/o chubasquero), botas de montaña tipo trekking o similar, gafas de sol, pantalones largos, abrigo/chaqueta forrada, jerséis, sudaderas/forros polares, camisetas (para el día), calcetines gordos, bufanda y gorro, cantimplora o bote para agua. Muy recomendables: bastón telescópico para andar (si lo usas habitualmente), prismáticos y cámara de fotos. Se recomienda controlar las previsiones meteorológicas a la hora de hacer la maleta.

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 **Dorgali** nos alojamos en el hotel **S'Adde** ([www. http://hotelsadde.it/](http://hotelsadde.it/)). 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.

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

Están incluidos los desayunos, una cena típica y la cena de fin de año que realizaremos en Oristano con platos a base de 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 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 **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 cochinitillo asado a la brasa. Los **Quesos Sardinios**: 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. 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 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 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.

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.

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 Myriam Mereu del Equipo de Guías y Programadores de Alventus /Años Luz durante un recorrido por la isla.





LIBROS

Salvatore Satta, *El día del juicio*, Anagrama, 2010.

Grazia Deledda, *Elias Portolu*, 1903 (disponible en ebook traducido al castellano)

D.H. Lawrence, *Cerdeña y el mar*, Alhena Media, 2008

Guía Visual "Cerdeña". El País Aguilar.

Kerry Christiani, Duncan Garwood, *Cerdeña*, Lonely Planet, 2015

Marcello Fois, *In Sardegna non c'è il mare*, Laterza, 2013.

Massimo Onofri, *Passaggio in Sardegna*, Giunti editore, 2015.

Emilio Rigatti, *Ichnusa. Guarire di Sardegna nell'isola di pietra*, Altre terre, 2017

PELÍCULAS

Banditi a Orgosolo, Vittorio De Seta, 1960

L'ultimo pugno di terra, Fiorenzo Serra, 1964

Ballo a tre passi, Salvatore Mereu, 2003

Capo e croce. Le ragioni dei pastori, Marco Antonio Pani e Paolo Carboni, 2013

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.

CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver páginas 70 y 71 de nuestro **FOLLETO DE GRUPOS 2018**. 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 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.



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.

CONCURSO DE FOTOGRAFÍA... puedes encontrar en nuestra web las bases del concurso anual de fotografía, PARTICIPA, tenemos importantes premios!!!

INFORMACIÓN Y RESERVA:



www.alventus.com

alventus@alventus.com

Teléfono 954 210 062



www.aluz.com

reservas@aluz.com

Teléfono 901 250 260
(precio llamada local)

NUESTRO GRUPO



¡Alventus&AñosLuz por el mundo!

