



# SARDEGNA

## VACANZE IN SARDEGNA, LA COSTA OVEST

**Cagliari / Oristano / Penisola del Sinis / Cuglieri / Costa Verde**

**8 GIORNI E 7 NOTTI PARTENZE DAI PRINCIPALI AEROPORTI DA MAGGIO A OTTOBRE**



### **Itinerario Tour Sardegna:**

#### **PRIMO GIORNO: ARRIVO IN SARDEGNA**

Partenza con volo di linea per **Cagliari**. Il capoluogo della Sardegna è espressione dell'atmosfera mediterranea e offre ciò che desideri da una vacanza: storia e arte mare e parchi, comfort e buona cucina. Scorci di quartieri storici con vista sul mare, vie dello shopping e terrazze panoramiche, tra cui l'inimitabile bastione di Santa Croce, dove trascorrere romantiche serate dopo tramonti infuocati. All'arrivo **accoglienza da parte di un nostro assistente** che vi darà il benvenuto omaggiandovi con un tipico prodotto sardo e che accompagnerà all'agenzia per il ritiro dell' **auto appositamente noleggiata**. A questo punto potrai trasferirti in albergo e sistemarti nelle camere riservate. Resto della giornata a disposizione per iniziare a visitare la città. **Il nostro ufficio sarà a vostra disposizione** per qualsiasi informazione. Pernottamento.

#### **SECONDO GIORNO: CAGLIARI**

Prima colazione in hotel. Giornata a disposizione per visitare liberamente Cagliari. Vi forniremo **un biglietto per effettuare una visita audioguidata** su uno dei nostri bus che effettuano una panoramica nei principali

**AIRMAR**  
**VIAGGI & TURISMO**





# SARDEGNA

siti turistici. La città custodisce nei quattro quartieri storici vicende millenarie che vanno dalla preistoria al governo sabauda. **Il quartiere Castello** sorge sul colle più alto, caratterizzato da antichi bastioni, oggi terrazze in cui si anima la movida, e da pittoresche stradine su cui si affacciano dimore nobiliari: Palazzo Regio e Palazzo di Città, oltre alla cattedrale di santa Maria. Di grande fascino sono le torri medievali di ingresso al castello, dell'Elefante e di san Pancrazio. **Villanova** è collegata a Castello dalla scalinata del bastione di saint Remy: ogni anno a Pasqua nel quartiere si respira un'aria di appassionata devozione durante la Settimana Santa, tutto l'anno, invece, accoglie nelle sue eleganti boutique e fra i suoi tesori: chiostro di san Domenico, chiesa di san Saturnino e basilica di Nostra Signora di Bonaria, tempio cristiano della Sardegna. Ai piedi del Castello si estende la **Marina**, che rimarrà impressa per gli splendidi edifici e i portici di via Roma, compreso il Palazzo Civico. Nata per accogliere pescatori e mercanti, è simbolo di una città multietnica. Nel quartiere si trova la chiesa di sant'Eulalia, con preziosi resti di epoca romana. Mentre l'altro quartiere storico di **Stampace** si colora ogni primo maggio per la Festa di sant'Efisio, appuntamento atteso da tutta l'Isola. Tra le sue strette stradine c'è la chiesa barocca di sant'Anna. A pochi passi dal centro storico si trova l' **Anfiteatro**, una delle maggiori testimonianze romane della Sardegna, e l'Orto Botanico, oasi verde nel centro città. Fuori dal centro città, potrete ammirare il **castello di san Michele** e **Tuvixeddu**, la più grande necropoli fenicio-punica del Mediterraneo (VI-III secolo a.C.). Alla fine del tour culturale, potrete immergervi nelle mille attrazioni naturalistiche: la laguna di Cagliari, il parco di **Molentargius-Saline** con i fenicotteri rosa, e il mare. Immane una passeggiata al **Poetto**, spiaggia cittadina di morbida sabbia lunga otto chilometri fiancheggiata da percorso pedonale e pista ciclabile. Splendida anche di notte, quando rivela il suo lato *glamour*. Potrete anche partire in escursione verso la **Sella del Diavolo**, un promontorio di origine calcarea dell'era mesozoica che separa la spiaggia del Poetto da quella di Calamosca, unico suo punto di accesso. La sella è un luogo molto suggestivo dal quale è possibile ammirare un panorama senza eguali. Date le particolari caratteristiche morfologiche e l'estremo divario territoriale tra il promontorio e il resto della costa campidanese, è stata da lunga data oggetto di dicerie e leggende riguardo la sua formazione. Questa sera assaporerete una gustosa **cena in un caratteristico ristorante** della città che abbiamo provato e che frequentiamo abitualmente. Pernottamento in albergo.

## TERZO GIORNO: CAGLIARI – COSTA OVEST

Prima colazione in hotel. Partenza per la splendida **costa occidentale della Sardegna**, un territorio selvaggio e spettacolare. Sistemazione nelle camere riservate in albergo e resto della giornata a disposizione per iniziare a scoprire il territorio. Ammirerete il mare impetuoso che si frange sui faraglioni calcarei, i tramonti dorati che illuminano i vagoni delle antiche miniere e il vento di maestrale, che alza nuvole rosa di fenicotteri e modella le dune. Questa sera assaporerete una gustosa **cena in un caratteristico ristorante** della zona che abbiamo provato e che frequentiamo abitualmente. Pernottamento in albergo.

## DAL QUARTO AL SETTIMO GIORNO: COSTA OVEST

Prima colazione in albergo. Giornate a disposizione per visitare la costa occidentale della Sardegna, rilassarsi e svolgere attività balneari. Qui la costa, prima bassa e dorata, si impenna in gigantesche falesie che si tuffano a picco nel blu del mare più puro. La natura regna con il massimo dei poteri, conquistando con i suoi arbusti di macchia mediterranea vaste aree sfuggite al dominio dell'uomo, inebriando l'aria di profumi. Il silenzio si mescola al ruggito delle onde bianche che scorrono sul mare turchese. Nel cielo, le coreografie spettacolari dei fenicotteri rosa. Sulla terra la malinconica bellezza dei vecchi impianti minerari, arrossati dal tempo.

**Oristano**, dalle origini fenicie, rappresenta l'anima nobile di questa parte di Sardegna, con i suoi monumenti e le sue specialità enogastronomiche, come la Vernaccia. Il fascino di Oristano si manifesta nel torneo equestre de Sa Sartiglia, che si svolge ogni anno la domenica e l'ultimo martedì di carnevale. In quell'occasione, i complessi cerimoniali legati al torneo, rievocano il glorioso passato legato alle corporazioni storiche. Visitate la **Penisola del Sinis**, ricca di spiagge da sogno. Un lembo di Sardegna che infonde la sensazione di continuità fra terra e mare. Nell'area protetta della penisola del Sinis e dell'isola di Mal di Ventre, istituita nel 1997 ed estesa circa 26 mila ettari nel territorio di Cabras, un variopinto campionario di ambienti terrestri e lacustri degradano dolcemente verso spiagge e scogliere. A sud, la fascia costiera parte dal promontorio di Capo san Marco, si sviluppa con le rocce e la sabbia morbida di san Giovanni di Sinis e la sabbia quarzosa di **Mari Ermi, Is Arutas e Maimoni**, fino alle falesie di **su Tingiosu**. Poco sotto Capo Mannu, limite a nord, troverai le Saline e la spiaggia di **Putzu Idu**. I granuli di quarzo delle 'perle costiere' sono originati dal disfacimento delle rocce: una storia iniziata 600 milioni di anni fa a **Mal di Ventre**. L'isola, insieme allo scoglio del Catalano, collegati da un tavolato granitico colorato dal corallo, sono un 'santuario della natura', dove nidificano volatili marini e vivono tartarughe e cetacei. Fondali sabbiosi e praterie di posidonia sono popolati da pesci, molluschi e crostacei: paesaggi sommersi ideali per snorkeling e fotografia subacquea, anche grazie alla





# SARDEGNA

presenza di relitti di ogni epoca. Nelle zone 'aperte' sono consentite navigazione e immersioni. Nell'immediato entroterra le dune di sabbia lasciano spazio agli stagni di Cabras, ecosistema palustre tra i più grandi e produttivi d'Europa, popolato da **fenicotteri rosa**. Nell'area marina potrai praticare pescaturismo su barche artigianali o navigare a vela sulle rotte dei fenici. Il Sinis, grazie al maestrale, è ideale anche per kyte e wind surf tutto l'anno. Per ripercorrere preistoria e storia del Sinis, dirigiti nell'estremità meridionale, a **Tharros**: fu villaggio nuragico, colonia fenicia, porto cartaginese, città in età romana, capoluogo in età bizantina e, infine, prima capitale del giudicato d'Arborea. Nel museo di Cabras, ammirerai una delle scoperte archeologiche più straordinarie: le statue dei Giganti di **Mont'e Prama** (VIII secolo a.C). Da visitare anche l'ipogeo di san Salvatore, meta da sempre di una singolare processione a inizio settembre: la Corsa degli Scalzi, una delle feste più suggestive dell'Isola.

Proseguendo verso l'Alto Oristanese nel comune di **Cuglieri**, troverete altre suggestive spiagge, come quelle di Torre del Pozzo e di **Is Arenas**. Poi ammirerete i calcari bianchi di **Santa Caterina di Pittinuri**, la sua suggestiva spiaggia dominata dalla torre Pittinuri, le falesie di Cabu Nieddu, famose per le cascate a mare, e soprattutto l' **arco naturale di s'Archittu**, scavato dal maestrale. Il ponte calcareo, alto quasi 10 metri, ha ispirato vari registi cinematografici. Più a sud, lasciati rapire dalle gemme della **Costa Verde**: quasi 50 chilometri di ampie spiagge, calette rocciose, fondali bianchi e sabbia dorata, la cui particolarità sta nel silenzio e nella natura selvaggia che borda questi luoghi. Non perdere la **spiaggia di Piscinas**, l'unico deserto in Europa che, con le sue montagne di sabbia scolpite dal maestrale, tra gigli di mare e papaveri, può offrirti l'incomparabile visione del cervo sardo che all'alba si spinge fino al mare.

Lasciando per un attimo la costa, all'interno trovi la splendida **Santu Lussurgiu**, col suo centro storico dagli scorci suggestivi e lo spettacolo della chiesa di San Leonardo de Siete Fuentes, una chiesetta romanica impreziosita da sette rigogliose fontane. Le celebri **Terme Romane di Fordongianus**, risalenti al primo secolo dopo Cristo, sorgono sulle sponde del fiume Tirso. Le terme, fin dalla loro fondazione, sfruttano una fonte naturale che tutt'oggi sgorga ad una temperatura costante di 56 gradi e che continua ad essere impiegata per le sue proprietà curative.

## OTTAVO GIORNO: PARTENZA DALLA SARDEGNA

Compatibilmente con l'orario di partenza prima colazione e tempo a disposizione. Trasferimento in aeroporto in tempo utile per la riconsegna dell'auto e per il volo di rientro. Con quote su richiesta è possibile prolungare il soggiorno in qualsiasi località della Sardegna: siamo a vostra disposizione per organizzare al meglio l'estensione in base alle vostre esigenze e consigliarvi in merito alle migliori spiagge ed i ristoranti della zona.

\*\*\*\*\* FINE DEI NOSTRI SERVIZI \*\*\*\*\*

Nota : Il Tour potrebbe subire delle minime variazioni , mantenendo invariate visite e servizi. Tariffe speciali a disponibilità limitata: al termine dei posti volo dedicati saranno richiesti dei supplementi, si consiglia pertanto di prenotare con largo anticipo per garantirsi le migliori quotazioni. Ulteriori informazioni su [www.airmar.it](http://www.airmar.it)

QUOTE PER PERSONA	IN TRIPLA	IN DOPPIA	IN SINGOLA	CHILD < 12 ANNI
Hotel Categoria Comfort	da 425 €	da 445 €	da 645 €	da 325 €
Hotel Categoria Superior	da 645 €	da 695 €	da 995 €	da 495 €

## LA QUOTA COMPRENDE:

- voli di linea da Bari, Bologna, Milano, Napoli, Pisa, Roma, Verona e Venezia
- sistemazione nelle strutture indicate o similari inclusi pasti come da programma
- visita audioguidata e noleggio auto tipo VW Polo o similare come da programma
- assistenza, polizza assicurativa medico bagaglio, guida turistica, zainetto portadocumenti





# SARDEGNA

## LA QUOTA NON COMPRENDE:

- le tasse aeroportuali ed i supplementi da 95,00 euro per persona
- la quota di iscrizione e gestione pratica pari a 30,00 euro per persona
- supplemento alta stagione per partenze di luglio e agosto con quote su richiesta
- noleggio auto di diverso modello ed assicurazioni integrative con quote su richiesta
- tasse di soggiorno, servizi extra e tutto quanto non indicato sotto "La quota comprende"

### Sistemazioni previste Categoria Comfort (o strutture similari della stessa categoria) :

Cagliari	Hotel Italia	<a href="https://www.hotelitaliacagliari.com">https://www.hotelitaliacagliari.com</a>
Cagliari	Hotel Caesar's	<a href="http://www.caesarshotel.eu">http://www.caesarshotel.eu</a>
Cabras	B&B Statue del Sinis	<a href="https://www.lestatuedelsinis.com">https://www.lestatuedelsinis.com</a>
Cabras	B&B Torremana	<a href="https://torremana.it">https://torremana.it</a>

### Sistemazioni previste Categoria Superior (o strutture similari della stessa categoria) :

Cagliari	Hotel Regina Margherita	<a href="https://www.hotelreginamargherita.com">https://www.hotelreginamargherita.com</a>
Cagliari	T Hotel	<a href="https://www.thotel.it">https://www.thotel.it</a>
Cabras	Hotel Gran Torre	<a href="http://www.hotelgrantorre.it">http://www.hotelgrantorre.it</a>
Cabras	Hotel Aquae Sinis	<a href="https://aquaesinis.it">https://aquaesinis.it</a>



**AIRMAR**  
VIAGGI & TURISMO

