

La Sardaigne entre mer et montagne, à vélo électrique

8 jours / 7 nuits

Ce séjour d'une semaine à vélo électrique vous dévoile l'intérieur de l'île, la Sardaigne authentique dans la région de l'Ogliastra, entre mer et montagne jusqu'à la Barbagia.

Avec ses jolies routes sinueuses, ses collines d'oliviers et de hêtres, ses villages de montagne riches en tradition, en histoire et en découvertes archéologiques, votre route sera interrompue par la dégustation de vins et de produits locaux, dans des lieux charmants. Tout au long des plus belles routes panoramiques de l'île, ce sera l'occasion d'un voyage sensoriel dans un pays parfumé de lentisque, de genêt, d'hélichrysum.

Les falaises déchiquetées et les petites plages de rêve de la Côte orientale s'offrent à vos yeux. Ce circuit est accessible sans effort. Un vélo électrique, c'est plus de souplesse et de liberté sur vos parcours, tout en vous permettant de contempler le paysage. Grâce à l'assistance électrique, vous avalez facilement les dénivelés et parcourez de 40 à 60km par jour, sur un vélo confortable, tout en conservant le bénéfice de l'effort sportif. Un petit coup de pouce bienvenu pour aborder la Sardaigne authentique.

VOTRE PROGRAMME

Jour 1 - Arrivée à Cagliari et transfert à Osini

Arrivée à l'aéroport de Cagliari, le chef-lieu de la région Sardaigne. Transfert organisé ou arrivée indépendante pour Osini (transfert d'environ 1h20). Vous serez accueillis sur place par notre équipe qui vous présentera le programme du séjour et vous fera essayer votre vélo électrique. Pour expérimenter ce premier essai, nous vous recommandons de prendre la route panoramique qui mène aux chutes d'eau de Lequarci et à l'église du 16ème siècle dédiée à Sainte Barbara.



Jour 2 - Osini - Sadali (50 km - D+ 950 m)

Hauts surplombs, forêts de chênes verts, et superbes panoramas vous accompagneront lors de cette journée. Vous commencerez par traverser le pittoresque village de montagne et son musée en plein air, en admirant les œuvres de Maria Lai et d'autres artistes de renommée internationale.

Vous traverserez ensuite l'ancienne voie ferrée avec une belle vue sur la vallée de Pardu et arriverez au petit hameau du Gairo Tacquisara niché dans les massifs calcaires. Vous traverserez le village d'Ussassai, puis vous arriverez à Seui, un

village riche en histoire et en culture, situé entre Ogliastra et Barbagia où vous pourrez visiter les anciennes prisons espagnoles et le musée de la culture rurale. Vous continuerez ensuite vers le village de Sadali, le village de l'eau, où vous serez fascinés par ses ruelles étroites, les maisons en pierre caractéristiques et la petite cascade de S. Valentino au cœur de la vieille ville. Vous serez accueilli par votre hôte qui vous fera visiter le musée sensoriel du village et découvrir toutes les plantes officinales.

Distance : 50km

Dénivelé : 950m



Jour 3 - Sadali - Villagrande Strisaili (52 km - D+ 890 m)

Après avoir quitté le village, vous roulez sur de petites routes de campagne qui vous donneront l'occasion de visiter le « Nuraghe » Ardasai, magnifique spécimen de ces bâtiments en pierre construits entre 2500 et 700 av. J.-C., uniques au monde, dont 7000 exemplaires sont encore visibles en Sardaigne. Vous pourrez voir la montagne la plus haute de Sardaigne Punta La Marmora, avec ses 1831 m .

A Perda 'e Liana, à environ 1300m de hauteur apparait une majestueuse tour surplombante tout le territoire de l'Ogliastra et de la Barbagia. Sur le chemin, vous rencontrerez toutes sortes d'animaux en liberté. Vous continuerez la découverte du massif du Gennargentu pédalant le long des rives agréables du lac Alto Flumendosa, traversant la route du train vert, une des plus belles lignes de chemin de fer de la méditerranée. Vous passerez la nuit à Villagrande Strisaili, célèbre village pour son nombre de centaines.

Distance : 52km

Dénivelé : 890m



Page 2 de 6 - Copyright Europe Active - Décembre 2019

Jour 4 - Villagrande Strisaili - Santa Maria Navarrese (41 km - D+ 160 m)

Du village des centenaires, une pente douce vous permettra de découvrir au loin, la mer azur et ses paysages méditerranéens qui vous conduiront au lac de S.Lucia. En continuant le long de ces routes bucoliques, vous atteindrez le village de Triei. Le long des rues du centre, vous découvrirez les différentes peintures murales qui reproduisent des scènes de la vie de ce village. Ne manquez pas le beau Tombeau des Géants d'Osono, témoignage de la forte présence de la civilisation nuragique dans cette région.

La destination finale de votre voyage aujourd'hui sera le petit village de pêcheurs de Santa Maria Navarrese. Le soir, vous aurez le choix pour vous restaurer dans cette petite station balnéaire et déguster les fameuse glaces italienne «gelati».

Distance : 41km

Dénivelé : environ 160m



Jour 5 - Santa Maria Navarrese (Journée libre)

Il s'agit d'une journée libre. Vous allez avoir l'embaras du choix. Par exemple profiter de la plage, faire de la randonnée à pied (chemin côtier pour aller à Perda longa en 3 heures environ AR), découvrir les environs. Nous recommandons une excursion en bateau jusqu'aux Golfe d'Orosei, pour visiter toutes ces criques. (A réserver sur place)

Possibilité aussi d'aller à vélo, rencontrer des bergers vers Urzulei ou Baunei pour découvrir leur métier. Vous participerez à la traite des chèvres, ou ferez le fromage, et bien sûr, vous déjeunerez avec eux. Le soir allez prendre l'apéro sur un des bars face à la mer !!



Jour 6 - Santa Maria Navarrese - Cardedu (51 km - D+ 290 m)

Vous êtes sur la côte sarde, proche de la mer. Vous serez enchantés par la beauté des paysages côtiers et leur variété : vous passerez devant la plage de sable blanc du Lido di Orrì et les pierres rouges de la baie de Cea. Vous traverserez le plateau de Teccu pour atteindre Barisardo où vous pourrez visiter l'ancienne tour aragonaise, construite sur la plage pour défendre la population des incursions arabes. Vous vous dirigerez ensuite vers Cardedu, où de longues plages blanches vous attendent baignées par une mer bleue et limpide. Le soir vous êtes accueilli par Maria en agritourisme pour dîner si vous le souhaitez et apprendre sur place à faire les fameuses pâtes sardes (culurgiones) autour d'un verre de vin, à goûter avec modération !!

Distance : 51km

Dénivelé : 290m



Jour 7 - Cardedu - Ulassai (33 km - D+ 860 m)

La route d'aujourd'hui commence par l'ascension de la vallée du schiste du Rio Pardu, (Monument Naturel de la Sardaigne), une route qui serpente et vous mènera à travers des collines verdoyantes, couvertes d'oliviers et de rangées de vignes d'où est né le célèbre vin Cannonau. Il semble que ce vin soit le secret de la longévité des habitants de la région, et en septembre, vous serez recrutés pour faire les vendanges ! Enfin, vous arriverez à Ulassai où nous vous proposons de visiter le laboratoire de la coopérative textile ou d'opter pour une visite des célèbres Grottes de Su Marmuri ou encore de visiter le Musée d'Art de l'artiste

Maria Lai.

Distance : 33km

Dénivelé : 860m



Jour 8 - Fin de séjour

Le matin vous partez tôt de Ulassai pour l'aéroport de Elmas à Cagliari (Temps de déplacement 1h20). Il convient de prendre un vol après 11 heures pour avoir le temps du transfert.

Nous vous rappelons qu'à tout moment nous pouvons être amenés à modifier des étapes de votre séjour en raisons d'événements indépendants de notre volonté. Nous dépendons notamment des événements climatiques et naturels.

Informations contractuelles

TARIFS

À partir de 846 euros par personne.

OPTIONS

Supplément pour une personne voyageant seule : 300 euros par personne.

Supplément transfert de l'aéroport le samedi ou le dimanche : 60 euros par personne.

Cours de cuisine par personne (Raviolis Sardes) : 15 euros par personne.

Journée avec les bergers Sardes et déjeuner par personne : 50 euros par personne.

4 dîners en agritourisme avec produits locaux et boissons incluses (vivement conseillé) : 114 euros par personne.

LE PRIX COMPREND

La fourniture d'un vélo électrique avec casque, sacoche arrière et trousse de réparation

Le transfert de l'aéroport à Osini pour les arrivées en général le vendredi (supplément pour le weekend)

Le transfert des bagages entre chaque hébergement

L'hébergement chaque soir et le petit déjeuner

L'assistance fournie (assistance téléphonique pendant la journée en cas de problème)

Fourniture d'un roadbook en Français

LE PRIX NE COMPREND PAS

Possibilité d'intervention pour réparer les vélos (à partir de 90€) tous les jours

Transfert en cas de fatigue (prestation à régler sur place directement à l'intervenant)

Les repas du soir (voir options)

Les déjeuners (vous décidez de votre repas en fonction du lieu où vous souhaitez vous arrêter)

Arrivée tardive, le samedi ou le dimanche (supplément pour le transfert)

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Circuit facile avec les vélos électriques (à partir d'1 m 47)

HÉBERGEMENT

Chambres d'hôtes, auberge de charme, hébergement en "agritourisme"

TAILLE DU GROUPE

A partir de 2 personnes.

DÉPARTS

Mi-mars à fin novembre, en dehors des mois d'été trop chauds (juillet et août)

DÉPART

Transfert de l'aéroport de Cagliari, ou arrivée indépendante à Ulassai.

DISPERSION

Transfert vers l'aéroport de Cagliari (prévoir un vol retour après 11h00 pour tenir compte du temps de transfert).

ACCÈS

Plusieurs compagnies aériennes desservent l'aéroport de Cagliari Elmas et le relie à de nombreuses villes italiennes et européennes. L'aéroport est à seulement 7 km du centre-ville de Cagliari.

Vous pouvez également emprunter le ferry au départ du Sud de la France ou au départ de l'Italie.

INFORMATION IMPORTANTE

Afin de bénéficier d'un transfert pour Osini avec notre taxi collectif, assurez vous de prendre un vol arrivant à Cagliari avant 12h30.