

## LA SARDAIGNE : Les pieds dans l'eau Autotour



Longeant la côte du golfe d'Orosei sur une cinquantaine de kilomètres, le Selvaggio Blu est l'un des plus beaux treks d'Italie, célèbre pour les paysages époustouflants et les plages paradisiaques qu'il dévoile. Cet itinéraire étant également réputé difficile et engagé, nous en avons sélectionné les portions les plus accessibles afin de vous permettre de découvrir cette belle région de Sardaigne.

### › LE PROGRAMME

EL196

8 jours - 7 nuits - 6 jours de randonnée.

#### JOUR 1 : OLBIA OU CAGLIARI – GOLGO

*Repas libre.*

Arrivée à l'aéroport de Cagliari ou Olbia, réception du véhicule de location et route pour le plateau du Golgo.

#### JOUR 2 :

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*



## **NIVEAU 2 : ARCOBALENO – GOLGO**

Randonnée sur le plateau du Golgo, puis descente jusqu'à la magnifique arche d'Arcobaleno. Le sentier continue ensuite jusqu'à la cala Mariolu par un itinéraire plus raide et plus engagé, avec des passages sur des échelles de genévrier pour les plus aventureux. Retour sur le plateau et à l'hébergement.

*Dénivelée positive : 250 m. Dénivelée négative : 250 m. 4 h 30 de marche.*

## **NIVEAU 3 : PEDRA LONGA - GOLGO**

Court trajet jusqu'à Pedra Longa, magnifique monolithe calcaire émergeant des eaux turquoise. Départ pour la première étape du Selvaggio Blu, qui vous plonge directement dans les paysages grandioses de cet itinéraire sauvage surplombant la mer le long du golfe d'Orosei. Vous montez, au milieu des oliviers, dans une belle combe en direction du plateau du Golgo. Ascension possible de la punta Giradili, offrant un panorama à couper le souffle. Retour par le même itinéraire face à la mer.

*Dénivelée positive : 800 m. Dénivelée négative : 800 m. 6 h de marche.*

## **JOUR 3 : NIVEAU 2 OU 3 : CALA GOLORITZÉ - GOLGO**

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Randonnée splendide menant à une plage de rêve. Des falaises impressionnantes, dont une aiguille rocheuse de 120 mètres de haut, se reflètent dans l'eau translucide, invitant à la baignade.

*Dénivelée positive : 550 m. Dénivelée négative : 550 m. 4 h 30 de marche.*

## **JOUR 4: NIVEAU 2 OU 3: GORGES DE GORROPU - CALA GONONE**

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Contraste de couleurs pour les incroyables gorges de Gorropu, Gola di Gorropu : de gros blocs blancs et des vasques d'eau verte, dominés par des falaises grises à orange. On se sent tout petit à Gorropu, le canyon, très étroit, est bordé de parois verticales de plus de 400 mètres de hauteur ! La gorge se poursuit encore et encore. Chacun appréciera ce lieu frais et sauvage. Dans l'après-midi, route pour Cala Gonone.  
*NB : option plus longue possible décrite dans le roadbook.*

*Dénivelée positive : 300 m à 600 m. Dénivelée négative : 300 m à 600 m. 3 h à 5 h de marche.*



## JOUR 5:

### NIVEAU 2: VILLAGE ET MONT TISCALI

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Incontournable randonnée vers les ruines du village nuragique de Tiscali. La culture nuragique apparaît en Sardaigne au cours du premier âge de bronze, vers le XVIII<sup>e</sup> siècle avant J.-C. et ce nom dérive de son monument le plus caractéristique : le nuraghe. Vue panoramique. Ascension par un versant peu touristique, sauvage et empruntant un itinéraire varié (forêts, clairières, rochers) pour atteindre les ruines du village, niché dans une grotte au sommet du même nom. Descente et retour à Cala Gonone.

*Dénivelée positive : 500 m. Dénivelée négative : 500 m. 5 h de marche.*

### NIVEAU 3: CALA SISINE - CALA LUNA

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Randonnée entre mer et montagne entre deux superbes plages. Bateau pour Cala Sisine ; vous prenez ensuite de la hauteur au milieu des caroubiers et chênes verts et admirez les côtes déchiquetées en contrebas. Puis vous descendez facilement jusqu'à la célèbre plage de Cala Luna. En chemin, ne manquez pas le rocher percé de S'Arcada, une arche somptueuse. Bateau pour Cala Gonone.

*Dénivelée positive : 650 m. Dénivelée négative : 650 m. 5 h 30 de marche.*

## JOUR 6 : NIVEAU 2 OU 3 : CALA GONONE - CALA LUNA - GROTTES DE BUE MARINO - CALA GONONE

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Randonnée sur un sentier qui surplombe la mer, sur des falaises de calcaire magnifiques aux multiples de grottes. Vous pouvez aussi rejoindre l'itinéraire des grottes de Bue Marino.

*Dénivelée positive : 500 m. Dénivelée négative : 500 m. 5 h 30 de marche.*

## JOUR 7 : NIVEAU 2 OU 3 : CALA GONONE - MONT IRVERI

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Randonnée en boucle de Cala Gonone au Mont Irveri, sommet dominant Cala Gonone, d'où vous avez le loisir de contempler tout le golfe d'Orosei et l'intégralité de votre itinéraire avec, au loin, la Cala Sisine et la Cala Luna.

*Dénivelée positive : 550 m. Dénivelée négative : 550 m. 4 h 30 de marche.*



## JOUR 8 : CALA GONONE - CAGLIARI OU OLBIA

*Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.*

Retour à Cagliari ou Olbia, restitution du véhicule de location et fin du voyage.

*Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.*

### › DATES

Du 1<sup>er</sup> avril au 31 octobre.

**A partir de 2 participants** (tarifs dégressifs pour plus de 2 participants, nous consulter)

**\*Basse saison :** Du 01/04/2024 au 31/05/2024, du 01/10/2024 au 31/10/2024

**\*Moyenne saison :** Du 01/06/2024 au 30/06/2024, du 01/09/2024 au 30/09/2024

**\*Haute saison :** Du 01/07/2024 au 31/07/2024

**\*Très haute saison :** Du 01/08/2024 au 31/08/2024

Possibilité sans location de voiture, nous consulter.

### › LE PRIX COMPREND

- L'hébergement selon la formule choisie.
- Les petits déjeuners.
- La location d'un véhicule tel que décrit.
- Les documents de voyages tels que décrits (un exemplaire pour deux à quatre personnes).

### › LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le vol pour Cagliari ou Olbia aller-retour.
- Les déjeuners et les dîners : environ 15 € par repas

**LA PELERINE** Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES


Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



- Les entrées dans les sites touristiques (Su Gologone, Tiscali, Gorropu) : environ 10 € par personne.
- Les frais inhérents à l'utilisation du véhicule : carburant, taxe de participation aux frais d'immatriculation (1,50 € à 2 € par jour de location), frais de dossier (1 à 2 € par location), éventuels frais de parking, assurances complémentaires facultatives.
- L'accès à Goloritze : 6 € par personne.
- Transports en bateau : 15 à 20 € entre cala Sisine à cala Gonone, 10 € entre cala Luna et cala Gonone.
- Les taxes hôtelières de séjour : 1 € par personne par nuit et par étoile (catégorie d'hôtel).
- Les boissons.
- Les pourboires.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

## › NIVEAU

 Niveau 2 : marche de 4 à 5 heures les jours de randonnée, sur chemin, piste, sentier du parcours vallonné.

 Niveau 3 : (en moyenne) marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 kilomètres.

Environnement assez aride, marche le plus souvent sur sentiers caillouteux. Pas ou peu de balisage, pratique de l'orientation recommandée. Peu d'ombre, donc très chaud en été mais possibilité de baignade régulière.

## › HEBERGEMENTS

En chambre d'hôtes/agritourisme ou en hôtels trois étoiles selon formule choisie.

Formule B&B/Agritourisme :

- A Golgo : 3 nuits en gîte rural (agriturismo). Hébergement typique de petite

**LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied**

**32 Place Limozin 43170 SAUGUES**

**Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)**



capacité, isolé sur un plateau magnifique et disposant d'un restaurant de cuisine régional ouvert au public.

- A Cala Gonone : 4 nuits en B&B dans ce village situé en bord de mer. Hébergement familial de petite capacité.

### Formule hôtel 3 étoiles :

- A Baunei : 3 nuits en hôtel 3 étoiles, situé en montagne dans un charmant hébergement familial tout en pierre. Ou selon disponibilité à Santa Maria Navarrese, en bord de mer.

- A Cala Gonone : 4 nuits en hôtel 3 étoiles, situé dans le centre du village en bord de mer.

## › TRANSPORT DES BAGAGES

Les bagages sont transportés dans votre véhicule de location.

## DEPLACEMENTS

Votre véhicule de location :

- Pour 2/3 personnes, catégorie A (Type fiat Panda).
- Pour 4 personnes, catégorie C (Type Golf).
- Pour 5 personnes, nous consulter.

*Carte de Crédit ou de débit ?*

*La législation évolue, aussi tenons-nous à vous signaler que les loueurs exigent à présent l'utilisation d'une carte de crédit, et non de débit. En général, cette information est indiquée sur le recto de votre carte bancaire. Si vous avez un doute, ou si cette information ne figure pas sur votre carte, nous vous invitons à vous rapprocher de votre organisme bancaire.*

La location du véhicule comprend :

- Le kilométrage illimité.
- L'assurance responsabilité civile au tiers selon les dispositions du contrat de location
- La couverture financière LDW (Loss Damage Waiver) : protection contre les dommages infligés à la voiture louée, feu, vandalisme (avec franchise de 800 à 1800€).
- Les taxes locales.

**LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied**

**32 Place Limozin 43170 SAUGUES**

**Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)**



- L'assistance 24h/24h

Les loueurs vous communiqueront un numéro à contacter en cas de panne vous permettant de bénéficier d'une assistance dépannage.

*NB : Caution de 400 € à 2000 € selon loueurs (même si vous avez souscrit l'option remboursement de franchise). Les loueurs ne déduisent pas le montant de la caution mais demandent une pré-autorisation de paiement sur la base de la caution relative au véhicule loué.*

La location du véhicule ne comprend pas :

- Les assurances optionnelles : PAI (assurance des personnes transportées) et PEP (assurance protection des effets personnels) sont à prendre sur place. Détail des informations disponible sur simple demande.
- Les éventuels frais d'abandon.
- Le conducteur additionnel (âge minimum : 25 ans, à souscrire et à régler sur place).
- Le plein de carburant.

Les options sur place :

- Les sièges auto pour les enfants, de 45 à 90€ HT à régler sur place, à demander à l'inscription.
- PAI (assurance des personnes transportées) et PEP (assurance protection des effets personnel).

Conditions :

- Tout conducteur doit avoir un permis de conduire au nom du conducteur valide depuis 1 ans minimum (n'oubliez pas votre permis !).
- Age minimum : 25 ans.
- Une carte de crédit au nom du conducteur de type VISA ou MASTERCARD (pas de carte de débit, prépayée, de crédit renouvelable, Electron, Maestro) Assurez-vous d'avoir un plafond disponible suffisant.
- Une pièce d'identité au nom du conducteur.

Nous proposons l'option « Remboursement total de la franchise » et second conducteur inclus en option, nous consulter.

*Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez*

**LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied**


**32 Place Limozin 43170 SAUGUES**

**Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)**



*au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité. En vous inscrivant sur un de nos voyages, vous vous engagez à respecter cette obligation. Notre responsabilité ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.*

## › ACCES

 Arrivée : aéroport de Cagliari ou Olbia.  
Départ : aéroport de Cagliari ou Olbia.

Vols réguliers :

- De Paris : Air France - Alitalia.
- Des principales villes de province : Air France - Alitalia.

Vols low cost :

- De Paris : Easyjet.
- Des principales villes de province : Easyjet - Volotea.

## › DOSSIER DE VOYAGE

Pour ce voyage vous seront fournis les documents suivants :

- Le roadbook avec descriptif des randonnées et suggestions de visites.
- Une carte de la Sardaigne au 1/50 000.
- Les documents annexes (plans de villes, horaires de bateaux).
- Les bons d'échange / vouchers pour votre circuit.

## › LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

### Vos bagages

- Un sac à dos équipé de bretelles larges et d'une armature anatomique réglable, d'une contenance de 30 à 40 litres, pour vos affaires de la journée.
- Un sac de voyage souple de 80 à 100 litres.

### Equipement de base

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une chemise légère à manches longues.





- Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation).
- Une veste imperméable et respirante (en Goretex).
- Une cape de pluie (facultatif).
- Des pantalons de trek.
- Un short.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum).
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette).

### **Chaussures et matériel technique**

- Des chaussures légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
- Des chaussures imperméables, à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram.
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatif).
- Une lampe frontale.
- Une boussole.

### **Divers**

- Une trousse de toilette.
- Des vêtements de rechange.
- Sandales, chaussures confortables pour le soir.
- Maillot de bain et serviette de bain.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Une aiguille et du fil.
- Une pochette antivol, à garder toujours sur soi avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Une boîte hermétique en plastique, des couverts et un gobelet pour le pique-nique (facultatif).

*Liste à adapter selon la saison.*

## **FORMALITES ADMINISTRATIVES**

### PIECE D'IDENTITE



- Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, sont encore valables 5 ans après la date de fin de validité indiquée au verso.

Conseil : privilégiez l'utilisation d'un passeport valide à une carte d'identité portant une date de validité dépassée, même considérée comme valide.

- Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien <http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>.

- Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires d'Italie dans votre pays.

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

## INFORMATIONS CONCERNANT LES MINEURS

### **Vous voyagez avec des enfants**

Les mineurs français sont soumis aux mêmes obligations que les personnes majeures (visa, passeport...) : voir ci-dessus.

#### **— Formalités de sortie du territoire français**

Pour sortir du territoire, tous les mineurs résidant habituellement en France (quelle que soit leur nationalité), s'ils ne sont pas accompagnés par un titulaire de l'autorité parentale, devront présenter les trois documents suivants :

- pièce d'identité : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination ;
- autorisation de sortie du territoire signée par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (formulaire Cerfa n° 15646\*01 à imprimer depuis le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) et à compléter) ;
- photocopie du titre d'identité du parent signataire.

## LA SANTÉ

### **Vaccins obligatoires**

Pas de vaccin obligatoire.



## **Vaccins conseillés**

Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/-coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

## **Dentiste et médecin**

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

## **Carte européenne d'assurance maladie**

Vous voyagez dans un Etat de l'Union européenne, de l'Espace économique européen (UE/EEE) ou en Suisse.

Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour.

Nominatif et individuel, le formulaire est à demander auprès de [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr).

**FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION.**

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,  
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

