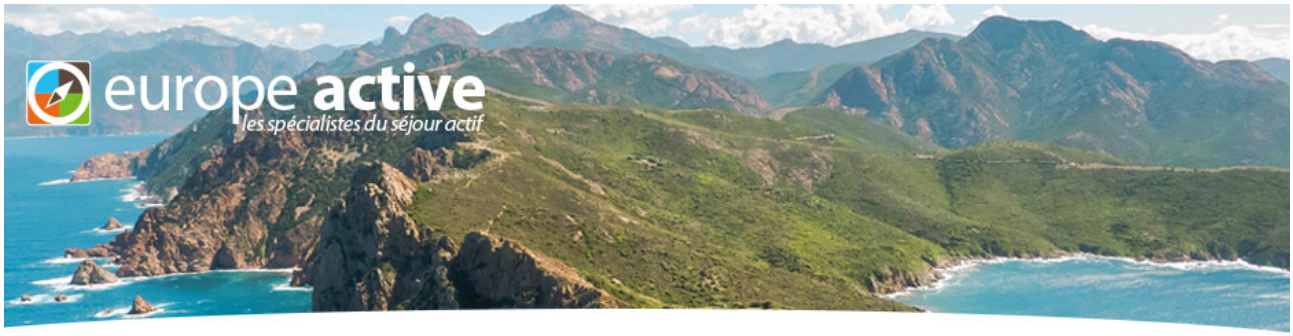


L'Ouest de la Sardaigne - D'Alghero à Cagliari

12 jours / 11 nuits

La beauté et le charme de la Sardaigne vous saute aux yeux dès les premiers kilomètres de cet itinéraire enchanteur. Un merveilleux séjour à travers cette île charmante, loin du tourisme de masse. Depuis Alghero au Nord Ouest, vers Pula au Sud Est. Ce circuit longe la côte Ouest de l'île dont son histoire riche est marquée par les traces de nombreuses civilisations qui s'y sont succédées.

Bien préparer votre séjour

VOTRE PROGRAMME

Jour 1 - Arrivée à Alghero

Arrivée à l'aéroport d'Alghero. Transfert (non inclus) vers votre hébergement. Enregistrement et accueil.

Jour 2 - Boucle de Capo Caccia (54 km)

Parcourez les rues étroites d'Alghero, la magnifique ville aragonaise (espagnole) de la Riviera de Corail, où les habitants parlent encore l'ancien dialecte catalan. Vélo jusqu'à Capo Caccia et explorez les grottes de Nettuno.

Distance : 54 km

Jour 3 - Alghero - Bosa (50 km)

D'Alghero, empruntez une route pittoresque au-dessus des falaises surplombant la mer pour admirer la vue sur le golfe d'Alghero et Capo Caccia. Vous apercevez les falaises du cap Marargiu autour desquelles volent des vautours fauves, anciennement connus sous le nom de "griffon". Votre journée se termine à Bosa, une ville médiévale célèbre pour ses broderies fines et ses œuvres en filigrane d'or.

Distance : 50 km

Jour 4 - Bosa - Santu Lussurgiu (55 km)

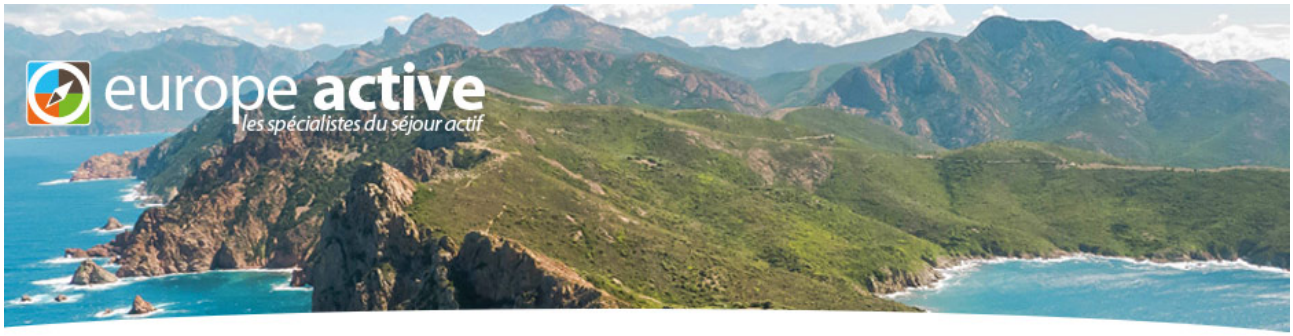
La route d'aujourd'hui est bordée de vignes et d'oliviers jusqu'à Flussio et Tinnura, deux petites villes célèbres pour leurs paniers en roseau et en osier ainsi que pour leurs murales (peintures murales).. Ensuite, à travers les pâturages de Sagama, jusqu'aux sources de San Leonardo, la région la plus riche en eau de toute la Sardaigne. À Santu Lussurgiu, un repos bien mérité s'impose dans un charmant hôtel, composé de plusieurs maisons anciennes restaurées avec goût.

Distance : 55 km

Jour 5 - Santu Lussurgiu - Cabras (54 km)

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



Aujourd'hui, vous découvrirez les splendides paysages naturels du Montiferru, une région "slow-food" célèbre pour ses vaches sardes-modicaines très appréciées et son casizzolu typique, un fromage à pâte filée. L'itinéraire vous ramène à la mer avec une descente panoramique vers les plaines côtières plates de la zone marine protégée du Sinis, où vivent des flamants roses et des hérons. Ici, nous empruntons un chemin de terre qui longe une série de plages de quartz blanc dont celle d'Is Arutas. Puis nous traversons un charmant hameau de pêcheurs, où se trouve l'une des plus importantes églises paléochrétiennes de Sardaigne, et nous continuons jusqu'à Tharros, un site archéologique fascinant en bord de mer, riche en vestiges phéniciens et romains.

Distance : 54 km

Jour 6 - Cabras - Arborea (38/68 km)

Commencez votre voyage par une boucle optionnelle des fascinantes zones humides de San Giovanni Sinis où nous verrons des colonies de e flamants roses, des plages de quartz et atteindrons l'un des plus beaux endroits de l'île : les ruines phéniciennes de Tharros. Vous pouvez également partir de Cabras et vous rendre directement dans le centre historique médiéval d'Oristano. De là, continuez vers Arborea, en longeant la lagune de S'ena Arrubia et en empruntant les chemins de campagne.

Distance : 38 / 68 km

Jour 7 - Costa verde et les dunes de Piscinas (46/54 km)

Aujourd'hui, vous pédalerez au travers des beautés naturelles de la Costa Verde jusqu'à Piscinas. Depuis Arborea, vous traversez un plat de 13 kilomètres de long. A partir de Marceddì, le paysage devient plus vallonné, avec des collines basses et des dunes de sable de plus de 50 mètres de haut. Depuis Piscinas, une longue montée aux paysages spectaculaires nous emmène dans les collines pour une nuit dans une ferme auberge confortable avec vue sur le Monte Linas.

Distance : 46 / 54 km

Jour 8 - Les mines de Sulcis (41 km)

Une autre journée difficile faite de splendides paysages! Cette étape vous ramène dans l'ancien bassin minier de la Sardaigne. Après la plage de sable doré de Portixeddu et la falaise de Pan di Zucchero, vous admirerez l'ancien lavoir à minerai de Nebida.

Distance : 41 km

Jour 9 - L'île de Carloforte (43 km)

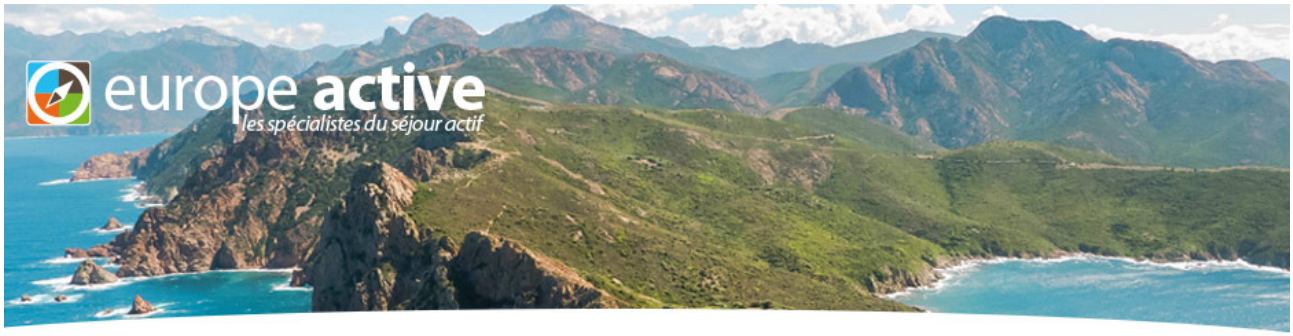
Après une belle descente sur Fontanamare, vous arriverez à Portoscuso et embarquerez sur le ferry pour Carloforte, où les habitants pêchent encore le thon rouge. Depuis Carloforte, continuez vers l'île de Sant'Antioco et terminez votre journée à Calasetta.

Distance : 43 km

Jour 10 - Le village et l'île de Sant'Antioco (40 km)

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



Vous pourrez profiter d'une matinée pour paresser au bord de la piscine ou explorer l'île de Sant'Antioco, à pied ou à vélo à la découverte de ses criques, de ses plages, de ses prairies vertes (ou dorées en été) et de ses petits villages. De retour sur le continent, à Tratalias, visitez le sanctuaire des Pisanes, l'un des monuments les plus importants de l'époque romane sarde. Ensuite, vous suivrez la rive du lac Monte Pranu en parcourant les vignes et les oliveraies à travers le calme des plaines onduleuses de Sulcis.

Distance : 40 km

Jour 11 - La côte du sud (57 km)

Le bouquet final de votre séjour est la magnifique Costa Del Sud avec ses plages de sable blanc. Vous découvrirez cette région isolée, sauvage et magnifique de brousse méditerranéenne, de piscines naturelles et d'imposantes falaises. Un petit détour vous emmènera à la belle plage de Su Giudeu à Chia, tandis qu'à Pula vous pourrez visiter l'antique ville phénicienne de Nora.

Distance : 57 km

Jour 12 - cagliari

Fin du séjour après le petit-déjeuner. Transfert possible vers l'aéroport de Cagliari en option.

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

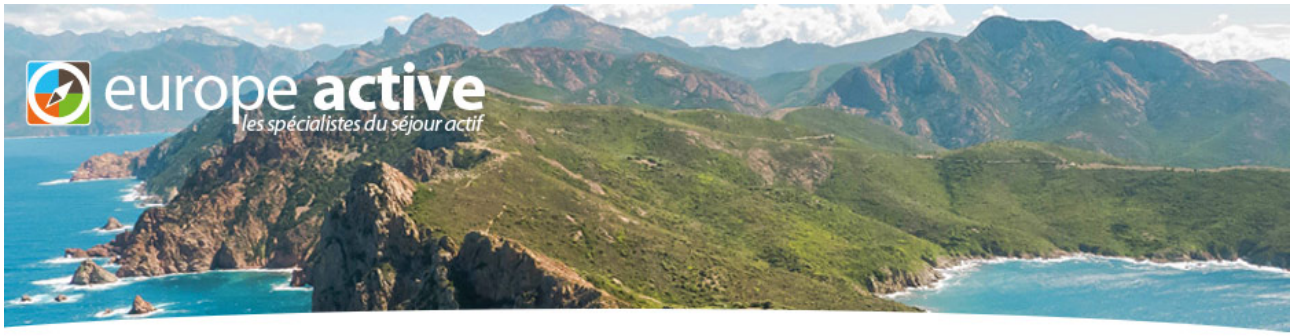
À partir de 1540 euros par personne.

OPTIONS

Supplément haute saison (du 02/07 au 02/09) : 310 euros par personne.
Supplement chambre single : 350 euros par personne.
Un jour de départ autre que le samedi : 85 euros par personne.
Location de vélo (35 € supplémentaire par jour supplémentaire) : 220 euros par personne.
Location de vélo électrique (40 € supplémentaire par jour supplémentaire) : 415 euros par personne.
Transfert (2 personnes minimum - personne en plus : - 50%) de l'aéroport de Alghero jusqu'au 1er hôtel : 35 euros par personne.
Transfert (2 personnes minimum - personne en plus : - 50%) de l'aéroport d'Olbia jusqu'au 1er hébergement à Alghero : 130 euros par personne.
Transfert (2 personnes minimum - personne en plus : - 50%) du dernier hôtel jusqu'à l'aéroport de Cagliari : 60 euros par personne.
Transport du vélo des participants : 20 euros par personne.

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



LE PRIX COMPREND

11 nuits dans des hôtels 3 étoiles et fermes auberges avec salle de bains privative
11 petits-déjeuners
Présentation du voyage (réunion de bienvenue / appel)
Transfert en fin de journée 7 (facultatif)
Transport des bagages d'hôtel en hôtel
Apport d'informations routières et cartes
Assistance téléphonique

LE PRIX NE COMPREND PAS

Les taxes locales (environ 10 €)
Entrées dans les musées et les sites archéologiques
Billets pour les ferries vers Carloforte et Calasetta
Tout ce qui n'est pas indiqué sous la mention "Le prix comprend"

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Distance journalière entre 36 et 68 km.
Possibilité de louer un vélo à assistance électrique.

PORTAGE DE VOS AFFAIRES

Le portage de vos affaires est assuré par véhicule.
Vous devez uniquement prendre vos affaires de la journée avec vous (appareil photo, pique nique, etc...)

HÉBERGEMENT

Nuits dans des hôtels 3 étoiles et fermes auberges avec salle de bains privative et petits-déjeuners.

TAILLE DU GROUPE

A partir de 2 personnes

DÉPARTS

Départ possible tous les samedis durant toute l'année. Possibilité de départ autre que le samedi avec supplément.
Minimum 2 personnes.

DÉPART

À votre arrivée au premier hébergement.
Un transfert depuis les aéroports d'Alghero et Olbia est possible sur demande.

DISPERSION

Après le petit-déjeuner du jour 12.
Un transfert vers l'aéroport de Cagliari est possible sur demande.

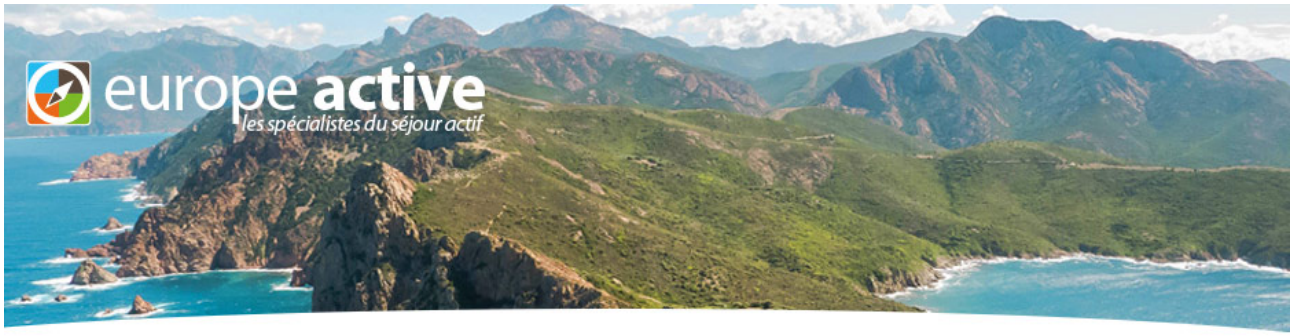
ACCÈS

Accueil à l'aéroport de Cagliari, Olbia ou Alghero.

ÉQUIPEMENT À EMPORTER

MATÉRIEL CONSEILLÉ A EMPORTER (liste non-exhaustive) :

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France
Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

VÉLO

Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant de parcourir nos sentiers :

- les pneus sont bien gonflés et en bon état
- les câbles et la chaîne sont en bon état
- les éléments de transmission sont propres et huilés
- il n'y a pas de fuite au niveau des suspensions
- les roues sont bien serrées
- les freins sont en bon état (usure + fuites éventuelles)
- le jeu de direction a été vérifié

Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé…

MATÉRIEL RÉPARATION

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours sur soi le matériel de base du vététiste :

- 2 chambres à air (anti-crevaisons fortement conseillées, ou bandes anti-crevaison)
- une pompe
- des démonte-pneus
- un kit de réparation de chambre à air constitué de rustines et de colle
- un outil multiple
- une petite pince
- un morceau de pneu

Aussi, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans celle-ci vous mettrez :

- un câble de frein (AV et AR)
- un câble de dérailleur
- un pneu
- une patte de dérailleur
- de l'huile pour la chaîne
- un chiffon

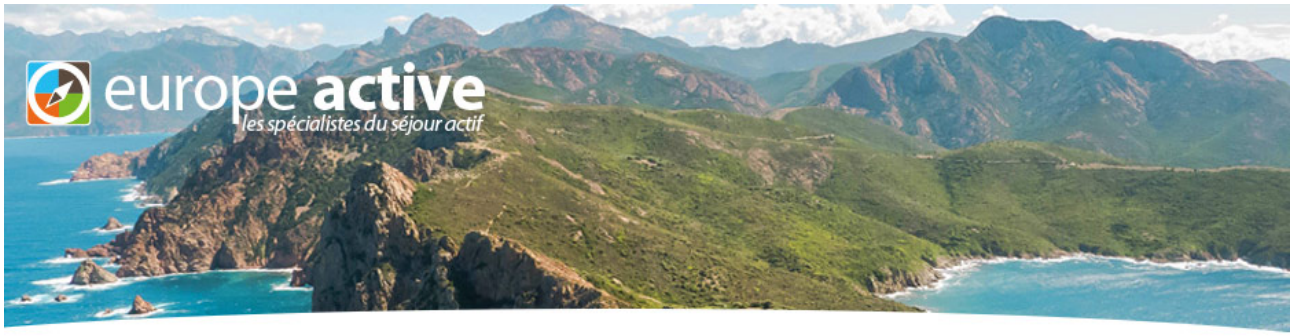
ÉQUIPEMENT

L'habit ne fait pas le moine, et le cuissard moulant ne vous transformera pas en champion du vélo. Toutefois, un minimum d'équipement spécifique au vélo sera nécessaire pour être à l'aise sur ses pédales :

- un casque
- des lunettes
- des chaussures adaptées (pas de semelles lisses)

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



- un cuissard ou un short
- T-shirt respirant (éviter le coton)

SAC A DOS JOURNÉE

Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :

- une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (2L/jour/personne minimum)
- des vivres (barres énergétiques, fruits secs…)
- le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)
- un coupe-vent (imperméable)
- le pique-nique
- une lampe frontale
- un couteau
- de la crème solaire (+ protection pour les lèvres)
- du papier toilette
- une pharmacie (voir ci-dessous)
- votre téléphone portable + une batterie externe
- un sac poubelle

PIQUE-NIQUE

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

- une boite en plastique hermétique (0.5L) avec initiales marqués sur couvercle et boîte + élastiques larges.
- des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

SAC DE VOYAGE

Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. À condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- un sac à viande (pour les séjours en gîte)
- des vêtements de rechange
- une paire de chaussures légères pour le soir
- un gros pull ou une veste polaire
- une petite trousse de toilette avec une serviette

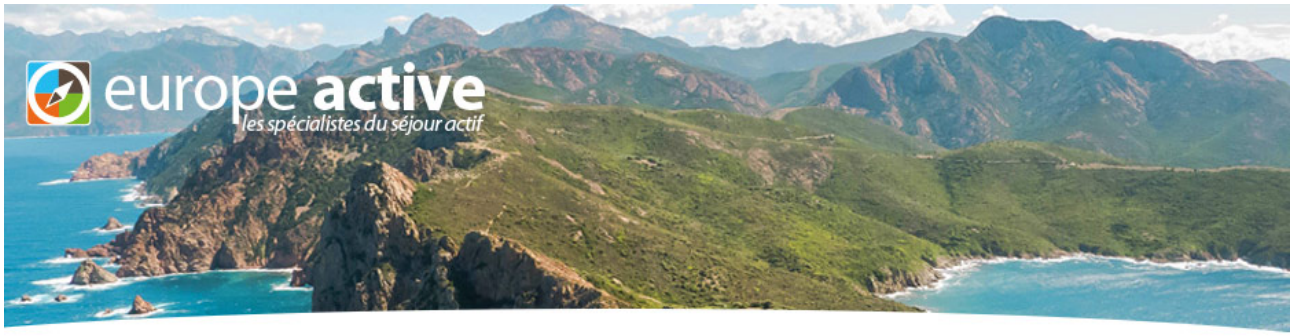
PHARMACIE

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours.
Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle.
Voilà une liste du minimum à emporter sur soi :

- du désinfectant
- des bandes de gaze
- du sparadrap
- de la crème de protection pour les fesses
- vos médicaments personnels

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



- une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.

europe-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@europe-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003