

Sardinië, een droom voor fietsers.

Een 5- of 7- daagse fietsvakantie

Code tour: ITSAR03C



Deze prachtige en opwindende racefietsstocht in West-Sardinië heeft vijf mooie rondritten van verschillende niveaus en van een zeldzame schoonheid. Er is ook een vijfdaagse versie voor de meer recreatieve fietser. Tijdens de tochten fiets je door een afwisselend landschap met glooiende heuvels en bergen, langs wijn- en olijfboomgaarden. De route vertrekken uit een mooi familiehôtel met zwembad en elke dag op de fiets ontdek je weer een ander deel van deze geweldige regio met zijn prachtige stranden, kleine middeleeuwse stadjes, authentieke vissersdorpen, natuurlijke pracht als waterbronnen, bergen en heuvels, een weelderige vegetatie met een zeer interessante flora en fauna. Je passeert Alghero met zijn pittoreske stadscentrum, smalle geplaveide straatjes en pleintjes en een mooi strand om een verfrissende duik in zee te nemen. Ook de bronnen van Montiferru en zijn oude stadscentrum omgeven door eeuwenoude bossen van steeneiken, eiken en aardbeibomen zullen een verrassing zijn. Uiteraard worden ook de beroemde Nuraghes, oude megalithische bouwwerken, bezocht. Ze zijn het symbool van Sardinië. En last but not least, heerlijk eten en verrassende wijnen. Geniet van de Malvasia van Bosa en de Casizzolu-kaas, honing en olijfolie van Montiferro, de verse visgerechten, zoals de zalige zeevruchten Fregola-pasta met saffraan en het meest bekende gerecht van Sardinië het gebraden speenvarken oftewel "porcheddu".



Hoogtepunten van deze reis:

- Eiken- en hulstbossen
- Alghero met zijn oude stadsmuren
- Het gezellige Santu Lussurgiu en Bosa met zijn heerlijke wijnen
- De kliffen van Marrargiu
- De bronnen van Montiferru
- de Costa Verde
- Het meer van Marceddì
- Het kasteel van Malaspina en het schilderachtige district "Sa Costa" in Bosa
- De put van Santa Cristina di Paulilatino
- De Nuraghi van Sindia en Suni

Periode: op verzoek iedere dag het gehele jaar door ('s winters op verzoek)

Deelnemers: min. 2 pax. alleenreizende op verzoek.

Niveau 3/4: Racefietstour voor ervaren fietsers. Langere afstanden en beduidende niveaoverschillen. De routes gaan over asfaltwegen. Totale afstand: 474 km (7 daagse reis)

Niveau 2/3: De recreatieve versie kan met gewone trekking fietsen gedaan worden. De kilometers zijn minder en ook de niveaoverschillen. Fiesten op landwegen



Programma voor de racefiets:

Dag 1. Aankomst in Tresnuraghes

Individuele aankomst en overnachting in het 3-sterren hotel met zwembad, spa*, tuin, garage voor de fietsen. Briefing en diner in Hotel.

* De spa kan tijdens de Covid periode niet gebruikt worden

Er zijn verschillende rondritten:

Route 1 Alabe en Foghe

Porto Alabe bevindt zich in de gemeente van Tresnuraghes. Dit havenstadje is omringd door duinen begroeid met vetplanten, mooie stranden en rood gekleurde kliffen, die weerspiegelen in de diepblauwe zee. De bekende Punta Foghe bevindt zich in de gemeente Tresnuraghes. Deze grote klifformatie bestaat een groep van kleinere kliffen en eilandjes. Het zonnige Porto Alabe opent zich met een fantastisch uitzicht op de zee en deze grillige rotsformaties. Een lunchpauze is aan te raden in Bosa, dat in de groene vallei van de rivier Temo ligt, de enige bevaarbare rivier van het eiland. Het stadje is bekend vanwege de bewerking van koraal, die wereldwijd geëxporteerd worden. Ook een typisch lokaal product is de verwerking van stoffen: het borduren van filets en voor kleedjes voor de manden die gemaakt worden in Asfodelo.

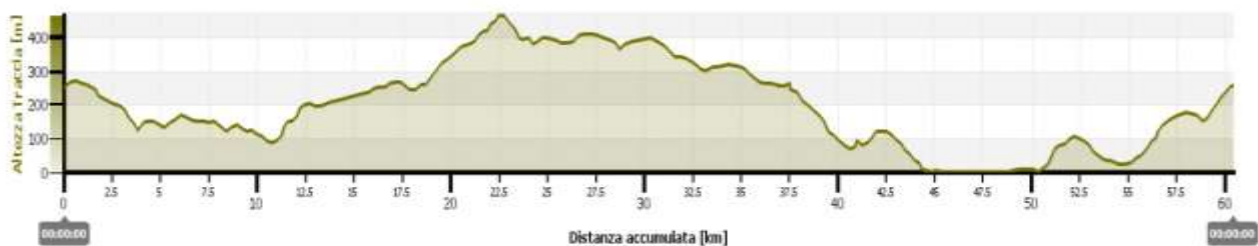
De vallei 'vallate della Planargia' waar Bosa ligt heeft heerlijke gastronomische tradities, kwaliteitswijnen en olijfolie.. Er is een speciale wijnroute gewijd aan deze wijn en die verschillende dorpen als Modolo, Magomadas, Suni en Flussio passeert. Bosa kan dus niet verlaten worden na een glas van deze Malvasia geproefd te hebben.

Afstand: 60 km

Hoogteverschillen: + 900 m - 900 m

Max. hoogte: 470 m

Min. hoogte: 1 m



Route 2. Montresta rondrit

Montresta heeft een zeer afwisselende natuur. Het is een bosrijk gebied met eeuwenoude kurkeiken van de Silva Manna. Dit gebied heeft een oude geschiedenis en vondsten geven aan dat er een bloeiend vakmanschap was in de periode van de Griekse en Sardijnse nederzettingen. In de omgeving van het dorp zijn overblijfselen van deze nederzettingen en monumenten te zien, die dateren uit verschillende perioden. Hier vinden we de domus de Janas, enkele nuraghi, zoals die van Badu de sa rughe, en de vierkante toren genoemd Sa Turre o Nuraghe Turre, een uniek Punisch monument. Deze toren is erg interessant, want het is een overblijfsel van een Carthaags fort.

Als pauze voor de lunch kunnen wij Padria aanraden. Het dorp ligt op de zuidwestelijke grens van de regio Logudoro-Meilogu. Padria, voorheen Gurulis Vetus genaamd, stamt oorspronkelijk uit de Fenicisch-Punische en Romeinse periode. Het historische belang van de stad is te zien in enkele belangrijke monumenten, zoals enkele kerken, het Civic Archaeological Museum en de verschillende adellijke paleizen die uitkijken op het pleinen van het historische centrum. Het oude stadsdeel strekt zich uit vanaf de hellingen van drie heuvels tot aan het stadsplein en bevindt zich boven de ruïnes van de belangrijke Romeinse nederzetting Gurulis Vetus, met straten die lopen in de richting van de heuvel San Paolo, die de acropolis gevormd zou hebben.

Afstand: 88 km

Hoogteverschillen: + 1100 m - 600 m

Max. hoogte: 600 m

Min. hoogte: 1 m



Route 3. Monte Sant'Antonio

Sardinië is een oud land dat in het verleden een rijke vulkanische activiteit had. Zelfs vandaag de dag is het mogelijk om enkele reliëfs te vinden van deze oude, nu slapende vulkanen. Eén van deze fascinerende bergen is de berg Sant'Antonio, die ook wel bekend staat onder de naam Monte delle Code. De Sant'Antonio heeft een grote ecologische, naturalistische en archeologische waarde. Eenmaal boven aangekomen wordt de charme van deze plek nog vergroot door het prachtige uitzicht waarvan je kan genieten. De wandelpaden en wegen beginnen vanaf de voet van de berg en klimmen gestaag omhoog door dichte struikgewassen tot aan het kerkje uit 1800, gebouwd door een rijke landheer en dat gewijd is aan de heilige Antonius van Padua.

Het gebied is rijk aan nuraghi en archeologische opgravingen, zoals het Tamuli-complex dat bestaat uit de graven van de drie giganten, een nuraghe en een dorp. Alles wordt omgeven door een dichte begroeiing van eiken, hulst, laurier en de mediterrane steeneik. De fauna is hier zeer afwisselend: wilde konijnen en de zeldzame typische hazen van Sardinië, wilde zwijnen, vossen, marmotten en de wezel. Een sterke aantrekkingskracht oefent de suggestief vulkanisch mond "Sa Ucca e S'Inferru" (de mond van de hel) uit. Lunchpauze zou gehouden kunnen worden in Monte Sant'Antonio

Afstand: 99 km

Hoogteverschillen: + 1100 m - 1100 m

Max. hoogte: 750 m

Min. hoogte: 225 m



Route 4. Montiferru rondrit

Ook vandaag weer een mooie rit. De route gaat het bergachtige landschap van Montiferru in, het grootste en belangrijkste vulkanische complex van Sardinië. Het ligt in een gebied dat rijk is aan verschillende ecosystemen, variërend van een berg- tot zeelandschap. Het gebied behoort waarschijnlijk tot één van de afwisselendste landschappen van Sardinië en heeft als hoogste top de Monte Urtigu (1050 m). Op deze top plaatste generaal en cartograaf Alberto La Marmora een trigonometrisch toppunt. De fauna van Montiferru bestaat uit moeflons, herten en wilde zwijnen, terwijl de belangrijkste plant de steeneik is. Als lunchpauze raden wij aan: Santu Lussurgiu.

Santu Lussurgiu ligt op de zuidoostelijke hellingen van Montiferru, in het centraal-westelijke deel van het eiland en is ongetwijfeld één van de best bewaarde historische centra van de Sardinië. Het plaatsje heeft 2400 inwoners en ligt op 500 meter hoogte omringd door een weelderig groen. Het is een Oristano-dorp met een voor Sardinië onschatbare schat: water.

De bronnen liggen in een oud dorpje, Siete Fuentes, op steenworpafstand van Santu Lussurgiu. Hier, in het bos van San Leonardo, vinden we een Romaanse kerk en, in de buurt hiervan een beek en een meertje, die gevoed worden door oorspronkelijk zeven bronnen met gezond mineraal water, waaraan Siete Fuentes zijn naam ontleent.

Afstand: 100 km

Hoogteverschillen: + 1400 m - 1400 m

Max. hoogte: 900 m

Min. hoogte: 5 m



Route 5 De Alghero rondrit

Een interessante rit naar Alghero, dat met zijn 44.000 inwoners de vijfde stad van Sardinië is. Alghero is een van de meest bezochte en geliefde plaatsen van deze regio, dankzij de boulevard met de bastions van de haven, de rode daken die de hemel lijken te raken en de prachtige natuurlijke baai met uitzicht op de smaragdgroene zee. Deze middeleeuwse stad heeft een interessante culturele en historische achtergrond, met veel Catalaanse invloeden.

In de zomermaanden komt het centrum tot leven door de vele muzikanten en artiesten. Er zijn gezellige terrasjes en restaurantjes waar heerlijke visgerechten geserveerd worden. De kustlijn is ongeveer 90 kilometer lang en wordt de Riviera del Corallo genoemd, want hier vinden we de grootste koraalkolonie met de hoogste kwaliteit van het hele eiland. Het is het gebied van de mooie stranden, waarvan Le Bombarde met zijn helder water en zachte zandbodem de bekendste is. Op slechts een kilometer afstand ligt Lazzaretto, bestaande uit tien baaien met spectaculair fijn wit zand. Nog iets verder weg, in de baai van Porto Conte, vinden we Mugoni, dat een goudkleurig zand heeft dat overgaat in de kalme wateren van een de kristalheldere zee, een volledig beschutte oase. In de stad zelf is het Lido di San Giovanni en er net buiten de zandduinen bedekt met seculiere jeneverbessen, die Maria Pia genoemd worden. Groot deel van deze kust behoort tot het beschermde zeegebied van Capo Caccia - Isola Piana, waar de grot van Neptunus is, die te bereiken is over land, via de Escala del Cabirol en over zee, met boten die vertrekken van de jachthaven.

Lunchpauze raden wij natuurlijk aan in Alghero

Afstand: 127 km

Hoogteverschillen: + 2000 m - 2000 m

Max. hoogte: 620 m

Min. hoogte: 1 m



Dag 7. Einde reis na het ontbijt

Na het ontbijt eindigt deze reis langs de wonderen van west- Sardinië.



Het is ook mogelijk om voor een 5 daagse lichtere variant te kiezen:

Dag 1. Aankomst in Tresnuraghes

Individuele aankomst en overnachting in het 3-sterren hotel met zwembad, spa*, tuin, garage voor de fietsen. Briefing en diner in Hotel.

* De spa kan tijdens de Covid periode niet gebruikt worden

Er zijn verschillende rondritten waar uitgekozen kan worden:

Route 1 Het plateau van Planargia, tussen zee en geschiedenis (33 km / + 430m)

Een gemakkelijke rit door een typisch Sardijns landschap. Het dorp Flussio is bekend vanwege de ambachtslieden die manden maken met asphodel, een kunst die van generatie op generatie wordt doorgegeven. Het is het gebied van de nuraghi Giannas, Murciu, Caddàris en Carcheras en de graven van de Giganti (reuzen) di sos Trainos en sa Figu Bianca.

Route 2 De zee, groene wijngaarden en mooie monumenten (29 km / +410m)

De rit gaat naar de kust en biedt mooi uitzicht op zee. Je bereikt Porto Alabe, dat Zeemeeuw betekent in het Catalaans. De Columbargia-toren maakte deel uit van het oude verdedigingssysteem. Er is tijd om een verfrissend bad te nemen. Even verder fietsen en je bereikt Bosa Marina, de badplaats van de enige middeleeuwse stad in Sardegna, Bosa. Er zijn fantastische stranden en natuurlijk is het de moeite waard om het oude centrum van Bosa zelf te bezoeken.

Route 3 Het Sardijnse platteland met grazend vee en Nuraghi (61 km / + 650m)

Een historische rit, die de Nuraghe Nuraddeo en de Domus de janas van de Chirisconis Necropolis passeert. Je komt in het kleine herdersstadje Sindia waar het mogelijk is om de St. George kerk te bezoeken. Je zou een omweg kunnen maken om het nabijgelegen

natuurreservaat Sant'Antonio te bezoeken, met zijn hulst-, steen-, dons- en kurkeiken, is een must to see.

Route 4 Montiferru: vee en bossen (55 km / + 600m)

Montiferru is het grootste en belangrijkste vulkanische complex van Sardinië. Het ligt in een gebied dat rijk is aan verschillende ecosystemen, variërend van een berg- tot zeelandschap. Het gebied behoort waarschijnlijk tot één van de afwisselendste landschappen van Sardinië. De fauna van Montiferru bestaat uit moeflons, herten en wilde zwijnen, terwijl de belangrijkste plant de steeneik is. Montiferru ligt op een immens basaltplateau dat wordt doorkruist door stromend waterwegen. Het gebied is waarschijnlijk één van de rijkste waterbronnen van Sardinië

Dag 5 Vertrek na het ontbijt

Prijs per persoon 2022:

7 DAGEN / 6 NACHTEN

Data periode A (03/01 – 31/03/2022; 01/11 – 22/12/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 265
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 408
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 300
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 450
Fietsuur	€ 110

Data periode B (01/04 – 31/05/2022; 01/10 – 31/10/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 320
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 410
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 375
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 575
Fietsuur	€ 110

Data periode C (14/05 – 30/06/2022; 11/09 – 30/09/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 375
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 575
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 425
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 710
Fietsuur	€ 110

Data periode D (01/07 – 31/07/2022; 21/08 – 10/09/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 455
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 695
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 500
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 815
Fietsuur	€ 110

Data periode E (01/08 – 20/08/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 515
--	-------

In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 815
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 560
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 935
Fietsuur	€ 110

Individual TOUR 5 DAYS / 4 NIGHTS

Data periode A (03/01 – 31/03/2022; 01/11 – 22/12/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 180
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 275
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 205
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 305
Fietsuur	€ 65

Data periode B (01/04 – 31/05/2022; 01/10 – 31/10/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 215
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 325
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 255
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 305
Fietsuur	€ 65

Data periode C (14/05 – 30/06/2022; 11/09 – 30/09/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 250
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 380
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 285
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 375
Fietsuur	€ 65

Data periode D (01/07 – 31/07/2022; 21/08 – 10/09/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 305
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 465
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 335
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 545
Fietsuur	€ 65

Data periode E (01/08 – 20/08/2022)

Tweepersoonskamer standard met zicht op tuin	€ 345
In eenpersoonskamer DUS standard met tuinzicht	€ 545
Tweepersoonskamer superior of junior suite	€ 375
In eenpersoonskamer DUS superior	€ 625
Fietsuur	€ 65

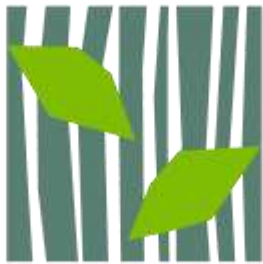
Inbegrepen in de reis:

- 6 of 4 nachten in goed *** Bike Hotel met zwembad
- 6 of 4 x ontbijt
- Briefing aan het begin van de reis en iedere morgen voor vertrek van de rondrit
- Routes, kaarten en GPS tracks

- Fietsstalling
- Assistentie

Niet inbegrepen in de prijs:

- Ingang tot de spa (Jacuzzi en stoombad)
- Lunchpakket (op verzoek mogelijk)
- Het is mogelijk om een mono - of bilokaal te boeken met keukenhoek
- Op verzoek is halfpension mogelijk
- Wijnproeverij in Bosa (op verzoek mogelijk)
- Olijfolie proeverij in Cuglieri (op verzoek mogelijk)
- Transfers van en naar het vliegveld
- Typisch Sardijns diner (vleesmenu)
- Typisch Sardijns diner (vismenu)
- Fietsuur, helm en emergency set voor road bike Dolomiti Shimano 105 series



ECOLOGICOTOURS

ECOLOGICO TOURS

Cantonal 41B / Marmotta B19

6565 San Bernardino

Svizzera/Schweiz/Suisse

info@ecologicotours.com

tel. (0039) 3463254167 - (0041)(0) 79 2457505

www.ecologicotours.com

www.meravigliosaumbria.com