

## Sardinië – Wandelen op het schiereiland Sinis

Een 8-daagse wandelvakantie

Code tour: ITSAR04W



Deze wandelreis brengt u naar het mooie schiereiland Sinis, dat deel uitmaakt van het fascinerende Sardinië. Het is een gebied waar gevarieerde landschappen op een perfecte manier vermengd zijn met de geschiedenis en cultuur van het eiland. De onbetwiste ster van deze tour is de natuur! De eerste routes lopen door het grillige rotslandschap en de bossen van het Montiferru bergmassief. Dan trekt u het binnenland in dat gekenmerkt wordt door de groene weiden, goudgele akkervelden, wijn- en olijfgaarden. Hier zijn heldere bronnetjes met verfrissend drinkwater, zoals de zeven bronnen van San Leonardo de Siete Fuentes en de lagunes van Benas met reigers en flamingo's. Dan bereikt u de diepblauwe zee met de grillige kalkstenen kliffen en de glinsterende witte kwartsstranden van Is Aruttas en Mari Ermi. Niet alleen vanwege de mooie natuur trekt het schiereiland Sinis vele bezoekers, maar ook vanwege de aanwezigheid van belangrijke historische en archeologische opgravingen, zoals de oude Fenicische-Romeinse stad Tharros en dorpen San Salvatore Sinis en Cabras, die getuigen van rijke lokale tradities en gebruiken. Het schiereiland Sinis zal u ook verrassen met zijn typische lokale producten, zoals de Sardische Pecorino (schapenkaas), ravioli, gnocchi en de overheerlijke soep "Sos Pizzottos" el "Abbacasu", geroosterd varkensvlees, de visspecialiteit bottarga (gedroogde en gezouten viseieren) en de zoete lekkernij "Sebadas". Op deze wandelreis ontdekt u een authentiek en buitengewoon Sardinië!



**Periode:** Iedere zaterdag van 06/04 tot 22/06 en van 31/08 tot 12/10 2024. Het is mogelijk om op andere dagen te starten tegen betaling van een toeslag. From 23/06 tot 30/08 is de reis alleen op verzoek mogelijk.

**Deelnemers:** Vanaf 1 persoon

## **Niveau: 2,5**

Gemiddelde zwaarte. U wandelt in een licht heuvelachtig landschap met dagafstanden tussen 10 en 22 km. Het is een wandeltocht voor wandelaars met ervaring. De routes volgen wandelpaden, gravel wegen en enkele asfalwegen. De kilometers zijn beduidens, maar het terrein is niet te heuvelachtig.

Totale kilometers: 100 km

## **Programma in het kort:**

Dag 1 Aankomst in Santu Lussurgiu

Dag 2 Rondwandeling San Leonardo waterbronnen (12 km)

Dag 3 Santu Lussurgiu - Santa Caterina di Pittinuri/Is benas (24 km)

Dag 4 Santa Caterina di Pittinuri/Is Benas - Putzu Idu (17 km)

Dag 5 Putzu Idu - San Salvatore (20 km)

Dag 6 Tharros rondwandeling (17 km)

Dag 7 San Salvatore - Cabras (10 km)

Dag 8 Einde van de reis

## **Programma dag per dag**

### **Dag 1 Individuele aankomst in Santu Lussurgiu (Oristano)**

Vandaag komt u aan in Santulussurgiu, een bergdorp op de zuidhellingen van de oostelijke bergketens van Oristano. In het hotel ontmoet u de lokale agent die u de routebeschrijvingen en informatiemateriaal zal overhandigen. Wanneer u niet te moe bent, kunt u het charmante dorp bezoeken, dat in een rots- en boslandschap ligt. Het dorp heeft typische stenen torenhuisjes en smalle stijl kronkelende kasseien straatjes.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\* hotel in Santu Lussurgiu

### **Dag 2 Santu Lussurgiu - Rondwandeling naar de bronnen van San Leonardo**

De route in het binnenland Santu Lussurgiu is een mix van rustige landwegen en gravelwegen. Het is een gebied met eiken- en kastanjabomen en ruig berglandschap met een verrassend afwisselende vegetatie. Het hier rijk aan water en hier zijn de zeven drinkwaterbronnen Siete Fuentes van San Leonardo een verfrissend getuigen van. Het water is van uitstekende kwaliteit en wordt gebotteld. Na een bezoek aan de bronnen, de kerk van San Leonardo, de Muristenes (kleine monnikcellen rond een binnenplaats) en het dorp met dezelfde naam uit het begin van de 12e eeuw, keer je weer terug naar Santu Lussurgiu. Een kleine extra loop geeft de gelegenheid om van het mooie landschapspanorama te genieten.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\* hotel in Santu Lussurgiu

Afstand: 12 km

Hoogteverschillen: + 326m - 326m

Wandeltijd: 4 uur

### **Dag 3 Santu Lussurgiu – Santa Caterina di Pittinuri / Is Benas**

Vandaag verlaat u Santu Lussurgiu en na het ontbijt is er een korte transfer naar de berg Montiferru, het begin van de wandeling van vandaag. De route daalt af over een wandelpad tussen grillige rotsen en groene bossen. Het ruigere berglandschap wordt langzamerhand liefelijker en verandert in zilvergrijze olijfgaarden, wuivende gras- en graanvelden tot de zee bereikt wordt. Het eindpunt van vandaag is het schattige vissersdorpje Caterina di Pittinuri, dat afgeschermd wordt door hoge witte kalksteenrotsen vol grotten en ravijnen. Het resort staat op een heuvelrug van een witte rots boven de zee (in het Sardijnse "Sa Rocca de Cagaràgas") en het is bekend vanwege een inham (On riu de sa ide) die doet denken aan fjorden.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\* hotel of \*\*\*\* hotel in Santa Caterina di Pittinuri of Is benas

Afstand: 24 km

Hoogteverschillen: + 100m – 100m

Wandeltijd: 6 à 7 uur

### **Dag 4 Santa Caterina di Pittinuri / S'Archittu – Putzu Idu**

Vanmorgen voor het ontbijt kun je alvast een wandeling langs de kust van de regio Oristano, in een kalkrijk landschap, vaak opgedeeld in baaien en lage voorgebergten, die op een maanlandschap lijken. Ook vandaag is er weer na het ontbijt een korte transfer naar het begin van de wandeling: de lagune Is Benas waar u vele flamingo's en blauwe reigers kunt zien. De wandeling tussen de zee en de rotsen tot aan het strand Pallosu biedt een mooi uitzicht op Punta Santa Caterina di Pittinuri, een uitloper in zee met een Spaanse wachttoren. Het eindpunt van de wandeling is Putzu Idu, een kleine kuststad met witte stranden vanwaar u aan het einde van de dag een mooie zonsondergang kunt bewonderen. Er blaast hier vaak een sterke Mistral wind, waardoor het een favoriete plek voor windsurfers is.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\*\* hotel

Afstand: 17 km

Hoogteverschillen: + 50m – 50m

Wandeltijd: 5 uur

### **Dag 5 Putzu Idu – San Salvatore Sinis**

Een mooie wandeling langs de witte kliffen van "On Tingiosu", steeds vergezeld van een mooi uitzicht op de diepblauwe zee en het eiland Mal di Ventre. De nissen en scheuren in de klifrotswanden zijn een ideale nestplaats voor vogels en een ideale beschermende habitat voor vissen. De kliffen gaan over in de prachtige kwartszandstranden van Is Arutas en de stranden van Mari Ermi, die door duinen afgeschermd worden. Met in het geheugen de prachtige zeezichten verlaat de route uiteindelijk de kust door het binnenland in te gaan en via boomgaarden en graanvelden bereik je San Salvatore Sinis, een middeleeuws dorp vooral bekend vanwege de mooie kerk, die gebouwd is boven een hypogeum.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\*\* hotel of een agriturismo in San Salvatore Sinis

Afstand: 20 km

Hoogteverschillen: + 74m - 77m

Wandeltijd: 5 à 6 uur

### **Dag 6 Rondwandeling van Tharros**

Vandaag een route tussen akkervelden en langs de lagune van San Giovanni. Het water is helder en een favoriete thuisplek voor vele vogelsoorten. Je bereikt San Giovanni di Sinis, waar de vroeg-christelijke kerk bezocht kan worden. Deze is gebouwd aan het begin van de 5e eeuw boven een Punische en Christelijke begraafplaats. Ook de moeite waard is het om de ruïnes van de oude stad Tharros (8e eeuw v.chr.) te bezoeken. Het was een bloeiende Fenicische, daarna Carthaagse en tenslotte Romeinse stad. Bewaard gebleven zijn de Tophet, een Fenicisch-Punisch openlucht heiligdom, de baden, de funderingen van een tempel en het Romeinse stadsdeel met huizen en winkels. De route loopt langs een toren en de Fenicische necropolis, dan vergezeld met mooie vergezichten op de kust en de zee wordt de kaap Capo San Marco bereikt.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\*\* hotel of een agriturismo in San Salvatore Sinis

Afstand: 17 km

Hoogteverschillen: + 130m -130m

Wandeltijd: 4 à 5 uur

### **Dag 7 San Salvatore Sinis - Cabras**

Na het ontbijt verlaat je San Salvatore Sinis en wandelt naar Cabras, dat aan de andere zijde van de lagune ligt. De route volgt de weg van de Corsa degli Scalzi, een traditionele, opwindende processie gehouden op de eerste zondag in september, waarin de gelovigen het beeld van San Salvatore begeleiden van Cabras naar San Salvatore di Sinis en vice versa. De route gaat verder landinwaarts, een vruchtbare gebied met vele meertjes, zoals de Cabras lagune, die vol zeebarbeel is. Van hun eieren wordt de bekende Bottarga gemaakt (de kaviaar van de middellandse zee), die zich uitstekend laat begeleiden door de lokale "Vernaccia-wijn van Oristano". Wanneer je van birdwatching houdt is er een korte extra wandeling door het moeras van Pauli 'e Sali of je kunt ook Cabras bezichtigen, een klein dorp dat in de Romeinse tijd als wachtpost fungeerde (Villas de Capras) en in de middeleeuwen een ommuurde plaats werd.

Overnachting met ontbijt in een \*\*\* of \*\*\*\* hotel in Cabras

Afstand: 10 km

Hoogteverschillen: + 20m -20m

Wandeltijd: 3 uur

### **Dag 8 Eind reis na het ontbijt**

Na het ontbijt eindigt deze reis door de fantastische natuur van Sardinië.

**Prijzen per persoon 2024:**

In tweepersoonskamer	€ 895
In eenpersoonskamer	€ 1.070
Toeslag alleenreizende	€ 1.170
Hoogseizoenstoeslag (06/07 - 06/09)	€ 160
Toeslag andere startdag dan zaterdag	€ 80

#### **Inbegrepen in de reis:**

- 7 overnachtingen in \*\*\* / \*\*\*\* hotel of agriturismo
- Ontbijt
- Briefing of telefoongesprek
- Transfer op dag 3 en 4
- Bagagetransport
- Toegang tot de App Ride with Gps met tracks, routes en kaarten
- Noodnummer

#### **Niet inbegrepen in de reis:**

- Lokale toeristenbelasting (circa 15 Euro; te betalen ter plekke in de hotels)
- Tickets voor musea en archeologische vindplaatsen
- Alles wat niet vermeld wordt onder 'inbegrepen in de reis'

#### **Hotels:**

\*\*\*, \*\*\*\* hotel of agriturismo

#### **Hoe het startpunt te bereiken:**

Start / Einde: Santu Lussurgiu / Cabras



**ECOLOGICO**TOURS

#### **ECOLOGICO TOURS**

Cantonal 41C / 19  
6565 San Bernardino  
Svizzera/Schweiz/Suisse

info@ecologicotours.com  
tel. (+39) 3463254167 - (+41) 79 2457505  
www.ecologicotours.com  
www.meravigliosaumbria.com