




#### COASTS & ISLANDS SPRING & AUTUMN

estilo :	Autoguiado Caminatas
dificultad :	
duración :	8 días
periodo:	abr may jun jul sep oct
código:	ITSW340

## Cerdeña Oeste, Mar y Minas - Italia

### Cerdeña Oeste, Mar y Minas

8 días, PRECIO DESDE 808 €



Nada más llegar aquí, en la región de Cerdeña llamada Sulcis-Iglesiente, se percibe de inmediato por qué se la conoce también como **Costa Verde**: este lugar es **remoto, salvaje** y tiene un **pasado industrial-minero** que forjó el **paisaje y la gente**. Este pasado de extracción de minerales (iniciado hace 8.000 años) crea una combinación única de **yacimientos mineros abandonados** junto con la **belleza natural** de la zona y estimula la curiosidad de

quienes llegan a esta zona por primera vez, esa sensación de **"aquí hay una historia que contar"**. En 2007, esta zona minera (unos 3.800 km<sup>2</sup>) se incorporó a la **lista de Geoparques de la UNESCO**. Cuanto más se camina hacia el sur, más se conoce a la gente de Cerdeña, muy **servicial, acogedora y sonriente** (¡a veces con una risa sardónica! Algunos dicen que viene de su forma de reírse de los diversos invasores que tuvieron durante siglos...).

La **región del Sulcis** es famosa (en el mundo de los vinos) por el **Carignano**, una uva tinta que puede vivir casi sin agua y a no más de treinta centímetros del suelo, porque **los fuertes vientos no le permiten crecer más alto**; casi todas las familias siguen teniendo un pequeño

viñedo para producir el Carignano del Sulcis y, tras un sorbo, ¡sabes por qué lo siguen haciendo!

La isla de **Sant'Antioco** es la parada final perfecta para este viaje: además de pasear por **impresionantes vistas y antiguas torres de vigilancia**, tendrás la oportunidad de descubrir las muchas almas de esta isla con una serie de **actividades opcionales** como **excursiones en barco de pesca y paseos a caballo**.

## Itinerario

### Día 1 Llega a Buggerru

El viaje comienza en el pequeño pueblo de Buggerru, fundado en 1864 como asentamiento minero. Después de registrarte en el hotel, tómate tu tiempo para visitar el pequeño pueblo, puedes relajarte en la playa o puedes visitar el "Túnel Henry", un antiguo emplazamiento minero, un laberinto excavado en la roca que se abre a unas vistas impresionantes del mar y la costa rocosa.

### Día 2 De Buggerru a Portixeddu, 13 km

Hoy te espera un paseo costero muy agradable. Desde Buggerru se empieza a subir por una carretera secundaria asfaltada con vistas a la magnífica costa y a la larga playa de Portixeddu (este tramo cuesta arriba puede evitarse reservando un traslado privado). Tras 5 km de ascenso gradual, la ruta inicia su descenso por el desfiladero hacia las dunas y el pinar artificial plantado para evitar que la arena cubra la calle principal y único acceso al pueblo. A lo largo del último tramo atravesarás algunas fortalezas militares de la segunda guerra mundial. Después de un succulento almuerzo en Portixeddu podrás coger el autobús para volver a Buggerru.

*Distancia: 13 km*

*Desnivel: +607/-617 m*

### Día 3 De Ingurtosu a Scivu, 14,5 km

Después del desayuno, un traslado (de unos 30 minutos) te llevará al pueblo casi abandonado de Ingurtosu, desde donde comenzarás tu caminata hacia las ruinas de la antigua mina "Laveria Brassey". Es posible que en algún momento de hoy te sientas como Charles Darwin cuando llegó a las Galápagos en la década de 1830. Las dunas de Piscinas son la zona desértica más extensa de Europa. Durante unos 6 km sólo estarás tú, el mar, la arena y el viento. Al final del día, un corto traslado te llevará al agroturismo donde pasarás las dos noches siguientes.

*Distancia: 14,5 km*

*Desnivel: +50/-280 m*

### Día 4 Circuito Capo Pecora, 15 km

Hoy volverás al mar (playa de Scivu) y luego tomarás un sendero dentro de la macchia mediterránea, que te llevará a un impresionante mirador panorámico sobre el promontorio de granito de Capo Pecora. ¡No olvides tomar algunas fotos inolvidables de lo que es un punto culminante imperdible de tu viaje! A continuación, seguirás caminando hasta llegar al pequeño pueblo de Portixeddu, famoso entre los surfistas por su famosa playa de Portixeddu. Un breve traslado te llevará de vuelta al agroturismo.

*Distancia: 15 km*

*Desnivel: +431/-559 m*

### Día 5 De Portopaglia a Portoscuso, 14 km

Traslado por la mañana (1 hora) a la tonnara de Porto Paglia, punto de partida de la caminata de hoy. Aunque se trata de un sendero señalizado (señales rojas/blancas), se encuentra en una costa muy salvaje y remota. Se sigue un sendero de arena con impresionantes vistas de los acantilados. El recorrido de hoy no es apto para personas que sufran vértigo, ya que hay un par de tramos sin barandilla cerca del borde del acantilado.

*Distancia: 14 km*

*Desnivel: +379/-386 m*

### Día 6 Circuito Carloforte, 12 km

Hoy se toman los ferrys a Carloforte donde comienza un circuito a pie, subiendo por carretera secundaria asfaltada hacia el lado norte de la Isla, donde a finales de Mayo comienza la llamada Mattanza, un sistema de redes que durante unos 45 días capturan el atún. De vuelta en Carloforte tomar un ferry a Calasetta y luego un traslado privado a Sant'Antioco.

*Distancia: 12 km*

*Desnivel: +379/-379 m*

### Día 7 Caminata por Sant'Antioco via Torre Cannai, 16,5 km

Hoy un transfer privado te lleva a Capo Sperone, luego caminas de vuelta a S.Antioco, pasando por la torre de vigilancia Torre Cannai y la playa de Maladroxia (lugar popular cuando sopla el viento maestrale). La última parte hasta la ciudad es por carretera asfaltada.

*Distancia: 16,5 km*

*Desnivel: +439/-381 m*

### Día 8 Arrivederci, Sardegna!

El viaje y nuestros servicios finalizan tras el desayuno y la salida hacia el aeropuerto es en transporte público, a menos que hayas reservado con antelación un traslado privado con nosotros.

## Información práctica

---



#### Llegada a Buggeru

Desde Cagliari se puede tomar el tren hasta Iglesias, trayecto de unos 50-60 minutos (trenes directos o con 1 cambio); desde allí se pueden tomar los autobuses públicos diarios hasta Buggerru vía Fluminimaggiore (ver [www.arstspa.info](http://www.arstspa.info)). Desde Sant'Antioco, donde termina el viaje, se puede tomar un autobús hasta la ciudad de Carbonia (ver [www.arstspa.info](http://www.arstspa.info)) y luego un tren desde Carbonia hasta el aeropuerto de Cagliari, trayecto de aproximadamente 1 hora (hay trenes directos pero se pueden hacer 1 o 2 cambios, según los trenes)

#### Salida desde Sant'Antioco

Se puede tomar un autobús hasta Carbonia y luego un tren desde Carbonia hasta el aeropuerto de Cagliari

## Incluido

---

### Qué está incluido

- 7 Noches en habitación doble en hoteles \*\*/\*\*\*, B&B y agriturismo con desayuno
- Transporte de equipaje de hotel a hotel
- Traslados tal y como se describe en el programa día a día
- Mapas y descripción detallada del itinerario en formato digital, app
- Seguro de viaje médico y de equipaje
- Asistencia telefónica 24h

### Qué no está incluido

- Traslados hasta el lugar de inicio y desde el lugar de finalización del recorrido
- Almuerzos y cenas, si no se indica lo contrario
- Visitas y entradas - Propinas
- Gastos personales
- Posibles impuestos de estancia
- Todo lo que no se menciona en la sección "Qué está incluido".

### Servicios opcionales

Estos servicios pueden añadirse a los incluidos en el precio base del viaje:

- Suplemento por habitación individual
- Seguro de cancelación
- Traslados para llegar al lugar de salida o para salir del lugar de finalización del viaje, que se cotizarán previa solicitud.
- Documentación del viaje en formato impreso (mapas y descripción detallada del itinerario), enviada al primer hotel.