

# Trekking en Sardaigne - Parc National du Gennargentu

---

**Du 06 au 13 Septembre 2025**

## **Samedi 06 Sept.**

**1<sup>er</sup> jour** - arrivée à l'hôtel, prise des chambres  
Apéro offert par la direction.

## **Dimanche 07 Sept.**

### **2<sup>ème</sup> jour**

Trekking Us Piggius – Pedra Longa – Santa Maria Navarrese.  
Départ en 4x4 env. 45 minutes. Marche sur le plateau surplombant la mer.  
Retour à pied directement à l'hôtel.  
Marche 6h, dénivelé – 700 m/+200 .  
Sandwich. Baignade possible

## **Lundi 08 Sept.**

### **3<sup>ème</sup> jour**

Trekking à Cala Goloritzè – Punta Salinas  
Départ en 4x4, 1 heure de trajet.  
Retour en zodiac si conditions météo favorables.  
Marche 5h env. dénivelé 500 m – /+.  
Sandwich. Baignade possible.

## **Mardi 09 Sept.**

### **4<sup>ème</sup> jour**

Départ en 4x4. Trekking Portu Cuau, passage par Eltiera et retour en Zodiac 30 minutes. Baignade possible.  
Marche 4h, dénivelé - 500 m.  
Sandwich.

### **Mercredi 10 Sept.**

#### **5<sup>ème</sup> jour**

Départ en 4x4. Tour dans le haut plateau de Golgo avec ses sites naturels et archéologiques. Voragine Su Sterru, As Piscina, Eglise de S. Pierre, nuraghe, Masque de rocher.

Marche env. 5h, dénivelé +/- 300m. Trajets 4X4 aller et retour depuis Baunei  
Dîner typique au refuge Ovile Bertarelli avec des produits locaux et «petit cochon de lait ».

**Participation de 25€ par personne.**

### **Jeudi 11 Sept.**

#### **6<sup>ème</sup> jour**

Départ en 4x4. Trekking + visite de la grotte « del Fico »

Marche 5 h. Dénivelé + 80/ - 420.

Possibilité de se restaurer au bord de mer. Budget 15/20 €.

Ou sandwich et baignade.

Retour en Zodiac si conditions météo favorables.

### **Vendredi 12 Sept.**

#### **7<sup>ème</sup> jour**

Journée cool. Balade bord de mer jusqu'à Arbatax 8 km a/r.

Possibilité de se baigner le long du parcours et de se restaurer au bord de mer.  
(Spécialités poissons)

### **Samedi 13 Sept.**

Petit déjeuner.

Départ pour l'aéroport d'Olbia.

**Important / Pique-nique** : les sandwiches (jambon, fromage ou salami) sont achetés par notre guide Mario et accompagnés de 1 fruit + 1,5 lt d'eau.

Ps/Pour votre info, prévoir environ 80€ la semaine pour les apéros, boissons, etc. une caisse commune est tenue par une personne du groupe.

Adresse :

Hôtel Mediterraneo

Via Lungomare

08040 Santa Maria Navarrese(OG)

Tél.0782.615380

[www.albergomediterraneo.it](http://www.albergomediterraneo.it)

e-mail :albergomeditism@gmail.com





