

Supramonte

SARDEGNA
2025

natura / arte / cultura
artigianato / gastronomia

Lo strano è proprio che un paese di roccia, anziché dare il senso della realtà, ci sembri fatto col tessuto impalpabile delle immagini.

Guido Piovene

UTOPICO SUPRAMONTE. Affascinante e selvaggio, ancestrale ed autentico... si possono cercare tanti aggettivi per descrivere il Supramonte, ma niente eguaglia l'intensità del trovarsi a contatto con le infinite sfaccettature di questa regione. Tra meraviglie naturali di mare e monte, familiarizzeremo con l'ambiente calcareo e la natura ipogea, esploreremo siti archeologici, conosceremo tradizioni millenarie e cultura locale. Una settimana per condividere una visione utopica di questo lembo di terra sarda, e quando torneremo "in continente" sembrerà che il continente ce lo siamo appena lasciato alle spalle.



IN EVIDENZA

- Trekking panoramici in Supramonte
- Il villaggio nuragico del Monte Tiscali
- Kayak nel Golfo di Orosei
- Visita alla Grotta del Bue Marino
- Classi di yoga mattutine
- Il Museo delle Maschere Mediterranee di Mamoiada
- Visita al sito archeologico di Sa Sedda e' Sos Carros
- Esplorazione della Valle di Lanaito
- Degustazione dei vini locali: il Nepente di Oliena
- I segreti dei maestri coltellinai di Dorgali
- Pranzo col pastore
- Classe di cucina: la gastronomia sarda

DATA

19-25 aprile 2025

ARRIVO / PARTENZA
Olbia

DURATA
7 giorni / 6 notti

COSTO
980 €

ATTIVITÀ



Trekking



Yoga



Kayak



Relax

COSA È INCLUSO

- 6 notti di pernottamento in hotel in stanza doppia
- 6 colazioni, 6 pranzi e 6 cene
- 6 giornate di trekking livello E
- Ingressi ai musei, siti archeologici e naturalistici
- 2 guide
- Passaggio ponte a/r sul traghetto Livorno/Olbia
- Tutti i trasferimenti da Olbia
- 1 classe di yoga
- Assicurazione di viaggio (medico/bagaglio)

COSA NON È INCLUSO

- Assicurazione di viaggio (annullamento)
- Alcolici e bevande escluse dal servizio FB
- Pasti sui traghetti
- Servizi e attività extra

ATTIVITÀ EXTRA

- 1 degustazione
- Classi di yoga successive alla prima inclusa
- Escursione in kayak
- Pranzo con pastore
- Corso di cucina

La sequenza delle giornate proposte potrebbe variare in funzione delle locali condizioni meteo marine ed ambientali e ad insindacabile giudizio delle Guide.

Il programma potrebbe subire minori cambiamenti in base ad esigenze logistiche e organizzative. Tutte le eventuali modifiche verranno prontamente comunicate ai partecipanti.

Per camera ad uso singolo il costo è di 250 € oltre la tariffa del viaggio.

*** Imbarco al porto di Livorno venerdì 18 aprile alle ore 20:00 e partenza ore 22:00 — i pasti a bordo non sono inclusi.**



GIORNO 1. Sabato 19 aprile

LA GOLA DI SU GORROPU

→ [Hotel Gorropu](#)

TREKKING: E (+140 m / -850 m circa di dislivello)

8:00 Arrivo al porto di Olbia e trasferimento in Supramonte

12:00 Partenza escursione Gola Su Gorropu

13:00 Pranzo al sacco

17:00 Rientro in hotel e relax

20:00 Cena in hotel



GIORNO 2. Domenica 20 aprile

IL MONTE TISCALI E LA VALLE DI LANAITHO

→ [Hotel Gorropu](#)

TREKKING: E (+720 m / -720 m circa di dislivello)

8:00 Classe di yoga (facoltativa)

9:30 Partenza escursione Monte Tiscali

13:00 Pranzo al sacco

15:00 Visita Valle di Lanaitho

19:00 Rientro in hotel e cena



GIORNO 3. Lunedì 21 aprile

CALA LUNA E GROTTA DEL BUE MARINO IN KAYAK

→ [Hotel Gorropu](#)

TREKKING: E (+170 m / -400 m circa di dislivello)

9:00 Partenza escursione Cala Luna

13:00 Pranzo al sacco a Cala Luna

14:00 Kayak nel Golfo di Orosei

15:00 Visita alla Grotta del Bue Marino

17:30 Rientro a Cala Gonone

20:00 Cena in hotel



GIORNO 4. Martedì 22 aprile

I PAESI DEL SUPRAMONTE

→ [Hotel Gorropu](#)

TREKKING: E (+250 m / -250 m circa di dislivello)

9:00 Transfer a Orgosolo

9:30 Trekking anello Monte Fumai

13:00 Pranzo a Mamoiada

14:30 Visita al Museo delle Maschere Mediterranee

17:30 Degustazione del Nepente di Oliena DOC

20:00 Cena in hotel



GIORNO 5. Mercoledì 23 aprile

DORGALI E LA SUA TRADIZIONE ARTIGIANA

→ [Hotel Gorropu](#)

TREKKING: E (+350 m / -350 m circa di dislivello)

8:00 Classe di yoga (facoltativa)

9:00 Trekking del Bacu Loi

13:00 Pranzo incluso all'Hotel Gorropu

14:00 Transfer per Dorgali e laboratorio coltelli

20:00 Cena in hotel



GIORNO 6. Giovedì 24 aprile

ANDANDO PER CUILI COI PASTORI

→ [Hotel Gorropu](#)

TREKKING: E (+700 m / -700 m circa di dislivello)

9:00 Partenza escursione dei Cuili

12:30 Pranzo col pastore

16:00 Rientro in hotel e relax

18:00 Lezione di cucina all'Hotel Gorropu

20:00 Cena in hotel



GIORNO 7. Venerdì 25 aprile

LA GRANDE ARTE SARDA DEL NOVECENTO

10:30 Visita Museo Nivola a Orani

13:00 Pranzo a Nuoro

15:00 Visita Spazio Ilisso a Nuoro

20:00 Imbarco traghetto porto di Olbia

22:00 Partenza traghetto da Olbia

*** il traghetto arriverà al porto di Livorno sabato 26 aprile alle ore 08:00 circa — i pasti a bordo non sono inclusi.**

CONTATTI

Matteo Zamboni

(+39) 339.2429589

viaggi@ilbivacco-toscana.it



CONTATTI

Gabriele Monaco

(+39) 338.7310210

karupea@libero.it