

# Trekking en Sardaigne - Parc National du Gennargentu

---

**Du 21 au 28 Septembre 2026**

## **LUNDI 21 Sept.**

### **1<sup>er</sup> jour**

arrivée à [Santa Maria Navarrese Ogliastra, Sardaigne - Hôtel Mediterraneo](#) au bord de mer - prise des chambres - Apéritif offert par la direction.

## **MARDI 22 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

## **MERCREDI 23 Sept.**

### **3<sup>ème</sup> jour**

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

## **JEUDI 24 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.

## **VENDREDI 25 Sept.**

### **5ème 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 35€ par personne.**

## **SAMEDI 26 Sept.**

### **6ème jour**

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

Marche 5 h. Denivelé + 80/- 420.

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

Ou sandwich et baignade.

Retour en Zodiac si conditions météo favorables.

## **DIMANCHE 27 Sept.**

### **7ème 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)

## **LUNDI 28 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/Prévoir 100€ 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:albergomeditsm@gmail.com





