

# Isole nell'isola

Sardegna: le isole Sulcitane lungo il  
Cammino di Sant'Antioco - Codice  
2026CA002

## IL VIAGGIO

Siamo nella Sardegna sud-occidentale, dove il Mediterraneo si infrange con onde oceaniche sulle inaccessibili scogliere di trachite delle due isole di Sant'Antioco e San Pietro. Ci attendono paesaggi di drammatica bellezza, a cui arriviamo a piedi attraversando tutta l'isola di Sant'Antioco, dove si dipana un cammino dedicato al santo, vissuto nel II secolo. Il cuore pulsante del paese sarà la nostra base per scoprire quello che è tra i più antichi insediamenti della Sardegna e del mondo. Sotto l'abitato moderno si trova infatti l'antica città punica di Sulki: un tesoro storico che scopriremo visitando il museo archeologico e il museo del mare, immergendoci totalmente nell'atmosfera senza tempo di questo luogo unico. Ci spostiamo da Sant'Antioco per esplorare il paese di Carloforte, dove ancora oggi si sente parlare in genovese, lingua ancora utilizzata quotidianamente dalla comunità tabarkina, originaria di Genova, trapiantata nel XVI secolo in Tunisia, quindi accolta nel Settecento in Sardegna.

Infine puntiamo verso l'entroterra, per scoprire le saline con una passeggiata naturalistica che ci introduce nell'ambiente lagunare, paradiso dei fenicotteri.

**Territorio, società e ambiente:** Il Sulcis ha ormai lasciato alle spalle il suo passato minerario, di cui scorderemo anche i segni sul territorio. Ormai archiviata è anche l'epopea della pesca del tonno, un tempo attività rilevante lungo tutta la costa occidentale sarda. A Carloforte però è oggi ancora attiva una tonnara fissa, oltre all'impianto di lavorazione del pregiato tonno rosso. La costa occidentale sarda non ha mai attirato il turismo di massa, per la presenza del maestrale e di un mare sovente poco balneabile. È recente la realizzazione di sentieri segnati e promossi (tra cui il Cammino minerario di Santa Barbara e il giovanissimo Cammino di Sant'Antioco), proposte che si rivolgono a viaggiatori attenti ai valori dell'ambiente e del paesaggio.

## SOMMARIO

**Destinazione:** Sardegna sud-occidentale

**Durata:** 6 giorni, 5 notti

**Periodo:** Dal 2 al 7 Aprile 2026

### Compreso nell'offerta:

- Pernottamento e colazione
- cene come da programma
- Guida GAE regione Piemonte - **Roberta Ferraris**
- Ingressi e visite come da programma
- Trasferimenti bus/treno durante il viaggio
- Assicurazione
- Video call per presentare l'escursione.
- Un simpatico omaggio

### Non compreso nell'offerta:

Tutto quanto non specificato in "compreso nell'offerta"

### Extra:

- Possibilità di richiedere il trasferimento al punto di ritrovo e dal punto di arrivo.

### Assicurazione:

Assicurazione Medico Bagaglio comprensiva di copertura Covid-19 e annullamento

## CONTATTI

Email: [betania@betaniatravel.it](mailto:betania@betaniatravel.it)

Tel: +39 039 6790746

Cell: +39 3894563152

Da lunedì a venerdì

dalle **9.30** alle **13.00** e

dalle **14.00** alle **18.00**

# Isole nell'isola

Sardegna: le isole Sulcitane lungo il  
Cammino di Sant'Antioco - Codice  
2026CA002

## IL PROGRAMMA

### 1° giorno – 2 aprile – da Cagliari a Sant'Antioco

- Arrivo in autonomia a Cagliari alle 12:30 circa
- trasferimento con mezzi pubblici da Cagliari a Sant'Antioco (2h30 circa).
- Sistemazione presso la struttura e prima esplorazione del paese
- Cena in ittiturismo.

### 2° giorno – 3 aprile - da Maladroxia a Grutti 'e Acqua

- Escursione da Maladroxia al sito nuragico di Grutti 'e Acqua (16,50 km, 5h30, 460 m dislivello in salita, 420 m in discesa).
- Camminiamo in vista mare nella parte meridionale dell'isola, oltre capo Sperone, per affacciarci sul selvaggio versante meridionale. Il sentiero nella macchia ci porta all'insenatura di porto Sciusciau, quindi al piccolo lago intorno a cui sorgeva il villaggio nuragico.
- Rientro in paese

### 3° giorno – 4 aprile - escursione a Cala Lunga

- Escursione a Cala Lunga (15 km, 5h, 330 m dislivello in salita e in discesa). Attraversiamo tutta l'isola, in ambiente rurale e pastorale, per scendere alla costa occidentale e alla spettacolare cala Lunga, profonda insenatura con una bellissima spiaggia riparata.
- Rientro in paese



## SOMMARIO

**Grado di difficoltà:** facile

**Partenza:** appuntamento a Cagliari, autostazione ARST, alle 12,30. Cagliari si raggiunge in aereo all'aeroporto di Cagliari Elmas dai principali scali italiani, oppure in nave da Civitavecchia, Napoli, Palermo

**Arrivo** a Cagliari, alle 12,30 circa.

**L'itinerario:** viaggio stanziale. I percorsi sono in prevalenza su sentieri e strade campestri, con qualche tratto di asfalto senza traffico.

**Guida:** Roberta Ferraris, guida ambientale escursionistica – Regione Piemonte e accompagnatrice turistica. È autrice della guida Sardegna a piedi. 11 itinerari spettacolari lungo la costa per Terre di Mezzo Editore.



## CONTATTI

Email: [betania@betaniatravel.it](mailto:betania@betaniatravel.it)  
Tel: +39 039 6790746  
Cell: +39 3894563152  
Da lunedì a venerdì  
dalle 9.30 alle 13.00 e  
dalle 14.00 alle 18.00

# Isole nell'isola

Sardegna: le isole Sulcitane lungo il  
Cammino di Sant'Antioco - Codice  
2026CA002

## IL PROGRAMMA

### 4° giorno – 5 aprile – Laguna e saline di Sant'Antioco

- Mattina dedicata alla visita del museo archeologico.
- Pranzo libero in paese.
- Concludiamo il pomeriggio con la visita guidata e passeggiata naturalistica alle saline di Sant'Antioco al tramonto.
- Rientro in paese

### 5° giorno – 6 aprile – Sant'Antioco - Calasetta

- Escursione Sant'Antioco - Calasetta (13 km, 4h, dislivello irrilevante)
- Dopo la visita a Calasetta il traghetto ci porta a Carloforte, per una visita al paese.
- Cena finale a Sant'Antioco a base di pescato locale.
- Rientro in paese

### 6° giorno – 7 aprile – rientro a Cagliari

- Fine del viaggio e rientro a Cagliari con i mezzi pubblici.

**Se vuoi contattare la guida chiama il numero +39 3342265612**



## SOMMARIO

### **Punti forti:**

La selvaggia costa occidentale di Sant'Antioco  
Il borgo marinaro di Carloforte  
Il volo dei fenicotteri sulle saline

**Sapori e prodotti:** pesce e crostacei, tra cui il tonno e la bottarga di Carloforte, l'ottimo pane civraxiu, i formaggi dell'entroterra, gli ortaggi e gli agrumi degli orti dell'isola, la farinata a Carloforte.

**L'accoglienza:** un'unica struttura con sistemazione alberghiera e possibilità di camere singole a richiesta e se disponibili

**Quota di partecipazione p.p.:** a partire da € 750,00 da 10 a 15 partecipanti. Supplemento piccolo gruppo da 6 a 9 persone € 165,00

## CONTATTI

Email: [betania@betaniatravel.it](mailto:betania@betaniatravel.it)  
Tel: +39 039 6790746  
Cell: +39 3894563152  
Da lunedì a venerdì  
dalle **9.30** alle **13.00** e  
dalle **14.00** alle **18.00**