



organizzano

Avvicinamento e partecipazione al CICLORADUNO NAZIONALE a CAGLIARI

treno + traghetto

da venerdì 6 a martedì 17 giugno 2025

1° giorno - venerdì 6 giugno 2025 Livorno - Olbia

Arrivo dei partecipanti a Livorno in autonomia.

Ritrovo del gruppo al porto di Livorno per l'imbarco.

Partenza alle ore 22.00 per Olbia (Grimaldi) - sistemazione in cabine doppie - **cena libera**

2° giorno : sabato 7 giugno 2025 - Olbia (OT) - La Caletta 70 km circa - dislivello 300 metri

Olbia sbarco alle ore 7.30 - (cena libera) - pernottamento in hotel

3° giorno: domenica 8 giugno 2025 - La Caletta - Dorgali 75 km - dislivello 1000 metri

Colazione in hotel - cena con bevande e pernottamento in hotel

4° giorno: lunedì 9 giugno 2025 - Dorgali - Tortolì 65 km - dislivello 1400 metri

Colazione in hotel - cena tipica sarda (acqua inclusa) e pernottamento in hotel

5° giorno: martedì 10 giugno 2025 - Tortolì - Muravera 80 km - dislivello 600 metri

Colazione in hotel - cena (**bevande escluse**) - pernottamento in hotel

6° giorno - mercoledì 11 giugno 2025: Muravera - Cagliari - 70 km circa - dislivello 1000 metri

(pomeriggio Il Parco di Molentargius e i fenicotteri)

Colazione in hotel, partenza alla volta di Cagliari - sistemazione in hotel - **pranzo libero** - **Pomeriggio:** La facile pedalata di mercoledì pomeriggio, della durata di 2 ore, con l'accompagnamento di alcune guide del Parco, prevede la visita al Parco Naturale Regionale Molentargius-Saline, in un'area compresa tra i comuni di Cagliari e Quartu S. Elena che in passato aveva in attività le Saline di Stato. Tale area, particolarmente interessante per la presenza di 205 specie di uccelli (tra stanziali e migratorie), rappresenta un caso unico in Italia ed è nota soprattutto per la presenza e la nidificazione del fenicottero rosa.

A conclusione della pedalata si transiterà sul lungomare della grande spiaggia dei cagliaritari, il Poetto, nelle cui limpide acque del golfo sarà possibile, per chi volesse approfittarne, immergersi per un rapido bagno defaticante.

Il percorso ciclistico prenderà il via con partenze differenziate.

In serata, alle ore 19.00 presso la Manifattura Tabacchi, alla presenza delle autorità, si svolgerà un incontro nel quale sarà presentato il Piano Regionale della Mobilità Ciclistica della Sardegna. Cena e pernottamento in hotel

7° giorno - giovedì 12 giugno 2025: Da Cagliari al Parco di Gutturu Mannu

Dopo la prima colazione, il programma del giovedì prevede una meta d'eccezione: Il Parco Naturale Regionale di Gutturu Mannu, la più vasta area protetta della Sardegna (19.000 ettari), dove regna il suo animale simbolo: il cervo.

Per arrivarci passeremo per la Chiesetta di Sant'Eufisio, in località Giorgino, sosta tradizionale del Santo più noto in Sardegna durante il pellegrinaggio del 1° Maggio e per l'area umida di Santa Gilla, anch'essa popolata da fenicotteri rosa, con le Saline Conti Vecchi.

La sosta pranzo è prevista presso l'Oasi del Cervo e della Luna, nella Riserva Naturale di Monte Arcosu, acquistata dal WWF nel 1985, grazie a una colletta nazionale, che la sottrasse allo status di "riserva di caccia". L'area è gestita dalla cooperativa sociale "Domus de Luna", che unisce mirabilmente l'obiettivo della tutela ambientale all'inserimento lavorativo di persone in condizioni di disagio.

Sono previsti due percorsi di pedalate:

– Lungo (72 km, che si addentra nella sterrata del parco)

– Medio (50 Km con tratto finale in un sentiero tra la natura)

In serata lo spettacolo "Vite in volata", la storia di Ottavio Bottecchia, della compagnia teatrale Abaco Teatro, presso la Manifattura Tabacchi. Cena e pernottamento in hotel

8° giorno - venerdì 13 giugno 2025: Litorale di Quartu Sant'Elena

Dopo la prima colazione, giornata dedicata al lungomare: attraverso il Parco di Molentargius giungeremo alla strada litoranea panoramica per Villasimius per arrivare al Nuraghe Diana, testimonianza della Sardegna antica, raccontata da esperti di storia ed archeologia, nei pressi della spiaggia di Is Mortorius. È previsto un unico percorso, in versione media (50 km) fino al Nuraghe Diana; in versione lunga (65 Km) che prosegue fino alla meravigliosa spiaggia di Mari Pintau (letteralmente "mare dipinto", per il colore turchese delle sue acque), dove sarà possibile una sosta di un'ora per un bagno. La sosta pranzo sarà presso un ristorante tipico della tradizione sarda, Su Meriagu.

Al ritorno si passerà per la **spiaggia del Poetto**, dove, nel pomeriggio, chi vorrà si potrà fermare per godersi qualche ora di mare. Cena e pernottamento in hotel

9° giorno - sabato 14 giugno 2025: L'entroterra cagliaritano

Dopo la prima colazione la giornata si trascorrerà tra le campagne della Piana di Serdiana, con la visita di due chiese medievali (**San Pantaleo a Dolianova** e la campestre **Santa Maria di Sibiola**) e le soste in vigne e cantine sociali, nelle quali si potranno degustare alcuni tipi di vino locali. Il pranzo prevederà una sosta presso la **Comunità La Collina**, nella quale il fondatore Ettore Cannavera ha creato un luogo di accoglienza che offre alle persone ancora in debito con la giustizia la possibilità di scontare pene detentive alternative al carcere, rappresentando un mirabile modello di recupero sociale. Saranno queste stesse persone gli artefici della preparazione del pranzo.

La pedalata si svilupperà, secondo due percorsi differenti, tra asfalto e sterrato:

– **Lungo** (circa 68 km)

– **Medio** (circa 53 km)

In serata, alle 20.30, un conclusivo evento conviviale con la cena finale presso la **Manifattura Tabacchi**. Cena e pernottamento in hotel

10° giorno - domenica 15 giugno 2025 - Cagliari e i suoi quartieri storici

Colazione in Hotel. Attraverso i più antichi quartieri cagliaritani, si svolgerà la visita guidata della città in bicicletta. Tante saranno le soste che consentiranno di vivere, attraverso i racconti, la storia di questa antica città, prima capitale di quel Regno di Sardegna che diede origine all'attuale stato italiano. Il percorso di circa 25 km, unico con partenze differenziate, vedrà l'alternarsi di pendenze variabili in salita e in discesa. Al termine della visita guidata, intorno alle 12.30, si avrà la libertà per usufruire della presenza degli innumerevoli e confortevoli ristoranti cittadini o, in alternativa, per godere della bellezza della spiaggia del Poetto, trascorrendo una mezza giornata tra sole e mare. Cena e pernottamento in hotel.

11° giorno - lunedì 16 giugno 2025 - Cagliari - porto

prima colazione in hotel, visita libera della città - pranzo libero - alle ore 17.30 trasferimento al Porto - imbarco sulla Nave Grimaldi e partenza alle ore 20,00 per Civitavecchia.

12° giorno: Martedì 17 giugno - Civitavecchia - Pordenone

Arrivo a Civitavecchia per le ore 11.00 - Trasferimento alla stazione dei treni, partenza alla volta di Pordenone - arrivo in tarda serata.

Quota individuale di partecipazione in camera doppia

€ 1.030,00 min. 15 persone

Supplemento camera singola intero periodo

€ 420,00

La quota comprende:

Traghetto da Livorno a Olbia e da Cagliari a Civitavecchia sistemazione in cabina doppia a/r
8 mezze pensioni + 1b/b in Hotel 3 stelle
Bevande incluse, tranne alla cena del 10 giugno
Assicurazione RCT UNIPOLSAI 02084/065/018993839
Assicurazione ALLIANZ GLOBAL ASSISTANCE
Assicurazione Fiab/Unipol polizza giornaliera

La quota non include:

- Treno per raggiungere Livorno e treno per rientrare da Civitavecchia
- Tutti i pranzi dal 6 all'11 giugno e dal 15 al 17 giugno
- **Iscrizione al cicloraduno (euro 200,00 - include i pranzi di giovedì 12, venerdì 13 e sabato 14 giugno + la cena alla manifattura Tabacchi di giovedì 12 giugno) – da fare in autonomia al link <https://www.fiabcagliari.it/cicloraduno-nazionale-fiab-2025/>**
- Cene e colazioni in traghetto a/r
- Ingressi ai musei, mance - tassa di soggiorno, da pagarsi in loco - Tutto quanto non specificato sotto la voce "la quota comprende"
- Tessera ATLI AUSER Insieme di Pordenone euro 15,00
- **Adeguamento quota servizio traghetto a/r**
- **Polizza annullamento viaggio da sottoscrivere all'atto della prenotazione**
 - euro 75,00 per quota in doppia
 - euro 105,00 in camera singola

Prenotazioni entro il 29 gennaio 2025

versando un acconto di euro 400,00

Atli Auser Insieme di Pordenone aps - via S. Valentino, 30 – Pordenone – Tel: 0434 545154

tramite bonifico bancario:

NUOVO IBAN : IT 10Q0623012504000015386474

intestato a ATLI AUSER Insieme di Pordenone

causale acconto/saldo gita e indicare nella causale il nome di chi partecipa al viaggio ed il

NUMERO DI TESSERA FIAB