**Da Cagliari alla Costa Smeralda - 8 giorni**

**1° Giorno: Costa Smeralda – La Maddalena e Caprera**

La **Costa Smeralda** è il tratto costiero di 55 km. della [Gallura](https://it.wikipedia.org/wiki/Gallura) nel nord-est della [Sardegna](https://it.wikipedia.org/wiki/Sardegna).

Arrivo ad Olbia e partenza per **Palau**. Imbarco sul traghetto e breve traversata per raggiungere l’isola **La Maddalena** collegata all’isola di **Caprera** da un ponte. Il **compendio Garibaldino** è un'area dell'isola in cui sono compresi i luoghi dove [Giuseppe Garibaldi](https://it.wikipedia.org/wiki/Giuseppe_Garibaldi) visse gli ultimi anni della sua vita, dove morì e dove si trova la sua tomba. Il sito è adibito a [museo](https://it.wikipedia.org/wiki/Museo). Proseguimento per la strada panoramica alla scoperta degli stupendi panorami che si affacciano sulle isole minori dell’arcipelago. Dopo il pranzo, il pomeriggio dedicato alla visita della **Costa Smeralda** con sosta nella località di **Porto Cervo** per una piacevole passeggiata nella “Piazzetta delle Chiacchiere” conosciuta per le lussuose boutique ed i locali frequentati dal jet set internazionale.

In serata arrivo in hotel, cena e pernottamento.

**Il segreto del nome:** “Costa Smeralda” non è chiamata così per via del suo splendido mare turchese. Tante sono le storie, fra le più attendibili pare che il nome derivi da “Esmeralda”, la figlia dell’industriale Giuseppe Mentasti che qui acquistò l’isola di Mortorio. Essendo Esmeralda un nome molto spagnoleggiante, col tempo si optò per “Smeralda” e da questa terra selvaggia e mediterranea nacque la Costa Smeralda.

**2° Giorno: Alghero**

Prima colazione ed intera giornata dedicata alla visita di **Alghero**, chiamata affettuosamente “Barceloneta” dai suoi abitanti per la forte impronta catalana che la contraddistingue. **Capo Caccia**, un massiccio calcareo con pareti a picco sul mare che nasconde stupende grotte tra cui quelle di Nettuno, raggiungibili via mare oppure via terra con la scalinata mozzafiato **Escala del Cabirol** (la scala del capriolo). Realizzata nel 1954 per offrire un accesso alle **Grotte di Nettuno** che fino ad allora erano raggiungibili solo via mare. È una meraviglia scavata nella roccia composta da 656 gradini che scendono fino al mare.  Il percorso non è faticoso, allietato dall'azzurro del mare e dal verde della vegetazione. L'ingresso alla scala è gratuito.

Pranzo in ristorante. In serata rientro in hotel, cena e pernottamento.

**3° Giorno: Castelsardo – Porto Torres**

Prima colazione in hotel. Mattinata dedicata alla visita di **Castelsardo**, antico villaggio medioevale aggrappato ad uno sperone di roccia che domina il golfo dell’Asinara e uno dei Borghi più Belli d’Italia. Nella Chiesa di Santa Maria delle Grazie si trova un oggetto di grande venerazione, il “Cristo Nero” (Lu Cristu Nieddu) del XIII Sec., definito così perché il suo legno di ginepro si è scurito col passare del tempo. Dopo il pranzo, visita di **Porto Torres** con l’area archeologica, chiamata Il palazzo di re Barbaro, la Basilica romanica di San Gavino, uno dei più importanti ed antichi monumenti di forme pisane dell’isola e la Torre del Porto. **Il nome**: Porto Torres deriverebbe dall'associazione fra il porto dell'epoca (l'attuale area portuale nota come "molo antico") con la [torre Aragonese costruita nel 1325](https://it.wikipedia.org/wiki/Torre_del_Porto_%28Porto_Torres%29).Nel corso dell'ottocento il nome muterà dapprima in Portotorres ed infine nell'attuale Porto Torres (Porto + Torre).

 In serata rientro in hotel, cena e pernottamento.

**4° Giorno: Torralba – Tharros**

Prima colazione e partenza per il sito archeologico di **Torralba** (da “turris alba”, ovvero torre bianca), celebre per la presenza di numerose vestigia preistoriche e nuragiche. Visita del suo monumento più importante, il complesso della reggia nuragica di Santu Antine. Proseguimento per **Oristano.** Dopo il pranzo, visita della città punico-romana di **Tharros**, sulla penisola del Sinis. L'area è attualmente un [museo](https://it.wikipedia.org/wiki/Museo) all'aria aperta e gli scavi vanno avanti portando alla luce maggiori notizie sul passato di questa [città](https://it.wikipedia.org/wiki/Citt%C3%A0). Ciò che è possibile vedere risale soprattutto al periodo della [dominazione romana](https://it.wikipedia.org/wiki/Impero_romano) o della prima cristianità. Tra le strutture più interessanti vi sono il [tophet](https://it.wikipedia.org/wiki/Tophet), le [terme](https://it.wikipedia.org/wiki/Terme), le [fondamenta](https://it.wikipedia.org/wiki/Fondazioni) del [tempio](https://it.wikipedia.org/wiki/Tempio) e una parte dell'area con case e botteghe artigiane. In serata proseguimento per **Cagliari** ed arrivo in hotel. Cena e pernottamento.

**Detto Sardo:** “e sa cittad’e Tharros, portant sa perda a carros”, letteralmente “dalla città di Tharros si portano i carri e le pietre”, come a dire che la vicina città di Aristiane, oggi **Oristano**, sia stata costruita con le pietre dell’antica città fenicia.

**5° Giorno: Barumini – Gesturi**

Prima colazione, partenza per ilcomplesso nuragicodi **Barumini**, il più importante sito archeologico della Sardegna, il “Su Nuraxi”, che risale all’età del bronzo e riconosciuto dall’UNESCO Patrimonio dell’Umanità. Dopo il pranzo, visita dell’altopiano della Giara di **Gesturi**,ricoperto da macchia mediterranea e famoso per essere l'habitat degli ultimi cavalli selvaggi d'Europa. Le caratteristiche del cavallino della Giara sono: occhi a mandorla, lunga criniera, bassa statura che varia al garrese a partire dai 120 cm e un peso che oscilla fra i 150 e i 200 kg. In molti esemplari è presente inoltre un particolare ciuffo che scende lungo la fronte fin quasi a nascondere gli occhi. L'animale si è adattato all'ambiente sviluppando zoccoli piccoli e particolari, perfetti per un terreno pietroso. Vivono allo stato brado, con una aspettativa di vita media tra i 15 e i 20 anni contro i 40 di un cavallo normale. In sardo vengono chiamati *cuaddedus* o *achettas*. Vivono in branchi di 4-6-8 femmine e 1 stallone. I puledri, al raggiungimento dell'età fertile attorno ai 3 anni, sono scacciati dal branco dallo stallone; non è raro perciò vedere piccoli gruppi di 4/5 stalloni alla ricerca di un proprio harem.

In serata rientro in hotel. Cena e pernottamento.

**6° Giorno: Cagliari – Nora**

Dopo la prima colazione, visita della città di **Cagliari** dal ricco patrimonio storico e artistico: il centro storico, il quartiere medievale con la maestosa cattedrale di Santa Maria, le Torri dell’Elefante, San Pancrazio, il celebre anfiteatro romano del II secolo, la chiesa di San Saturno, splendido esempio di stile romanico e la Terrazza Umberto I, il più famoso belvedere della città. Dopo il pranzo, visita del Parco Archeologicodi**Nora**, che rappresenta oggi la più grande testimonianza dell’epoca romana in Sardegna e che conserva una ricca e originale testimonianza di mosaici, tra i più importanti dell’isola e caratterizzati dall’uso pressoché esclusivo dei colori bianco, nero e ocra.

In serata rientro in hotel, cena e pernottamento.

**7° Giorno: Sant’Antioco**

Dopo la prima colazione, escursione di intera giornata a **Sant’Antioco**, un’isola ricca di bellezze naturali, che custodisce un immenso patrimonio archeologico: menhir di epoca prenuragica, nuraghi, necropoli fenicio-punica, ruderi di epoca romana. Pranzo in ristorante. In serata

rientro in hotel, cena e pernottamento.

A Sant’Antioco **impastare il pane** fa parte dell’artigianato locale, un’abilità manuale molto diffusa fra le massaie antiochensi che infornano il pane direttamente nel forno a legna di casa propria. Famosi i “coccoietti del santo” (noti anche come “pani pintau”, il pane decorato), veri e propri gioielli realizzati con la pasta di pane, che ogni anno, in occasione della festa del paese, vengono portati in processione fino alla basilica quale donazione in onore di Sant’ Antioco Martire.

**8° Giorno: Nuoro - Orgosolo**

Prima colazione e partenza per **Nuoro**. Visita della città e del Museo delle Arti e Tradizioni

Popolari sarde. Proseguimento per la città dei murales di **Orgosolo** e pranzo tipico con i pastori.

**Il Pecorino Sardo è uno dei formaggi più antichi della Sardegna. P**rodotto con latte di pecora. Elevate le **proprietà terapeutiche: a**iuta la formazione ossea, migliora le funzioni immunitarie, contribuisce alla riduzione della massa grassa, è antiossidante e previene le malattie cardio-vascolari**. Il merito di tutto questo è specialmente delle essenze spontanee di cui si nutrono in prevalenza le pecore al pascolo brado.**

In serata arrivo ad Olbia e rientro a casa.