

**DAL 14 AL 18
SETTEMBRE 2026**

Un viaggio dell'anima nel cuore verde d'Italia, dove la natura incontaminata abbraccia la pietra dei borghi più belli d'Abruzzo. Un cammino di pura meraviglia tra abbazie millenarie, tradizioni artigiane custodite nel tempo e la calorosa, genuina accoglienza di una regione straordinaria.

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE IN
CAMERA DOPPIA A PARTIRE DA €
1.230,00**

PARTENZA DA CAGLIARI

**ACCOMPAGNATORE
SYNTAGMA VIAGGI**



Sulmona
Scanno
Civitella Alfedena
Villetta Barrea
Pescasseroli
Civitaretenga
Bominaco
L'Aquila
Costa dei Trabocchi
Fossacesia
Lanciano
Pescocostanzo
Celano



1° Giorno, Lunedì 14 Settembre: Cagliari – Roma – Sulmona

Ritrovo dei Sig.ri partecipanti presso l'aeroporto di Cagliari/Elmas. Imbarco e partenza con volo per Roma/Fiumicino. Proseguimento per Sulmona, sistemazione nelle camere riservate e pranzo. Nel pomeriggio visita della città, nella Valle Peligna, ai piedi del Monte Morrone e patria di Ovidio, poeta dell'amore. Visita al centro storico della cittadina, considerato tra i più belli e meglio conservati d'Abruzzo, e ai principali monumenti tra cui: il meraviglioso Palazzo della SS Annunziata che costituisce, assieme alla Chiesa, uno dei più interessanti monumenti della città; la Chiesa di S. Francesco della Scarpa (1200); la Basilica di S. Panfilo, eretta sui resti del tempio di Apollo e Vesta; l'acquedotto medievale (XIII sec.), suggestivo monumento rettilineo con 21 arcate. Passeggiata nel centro storico con possibilità di acquistare i confetti, da quelli in cellophane multicolore a quelli confezionati con cestelli, fiori, frutta e spighe. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

2° Giorno, Martedì 15 settembre: Parco Nazionale dell'Abruzzo – Scanno - Civitella Alfedena - Villetta Barrea - Pescasseroli

Prima colazione in hotel. Escursione nel Parco Nazionale dell'Abruzzo. Sosta a Scanno, dove si arriva attraverso un paesaggio unico caratterizzato dalle suggestive "Gole del Sagittario". Visita al centro storico, considerato tra i più caratteristici della regione, e ai suoi monumenti, tra i quali la Chiesa Parrocchiale di Santa Maria della Valle. Il paese conserva intatti usi e costumi della tradizione abruzzese. È possibile, infatti, scorgere tra i vicoli del paese le anziane signore con il vestito tradizionale e osservare gli artigiani orafi preparare gioielli in filigrana, tra i quali la tradizionale "presentosa". Sosta in una pasticceria del luogo per la degustazione del dolce tipico "pan dell'orso o mostacciolo". Proseguimento per il Parco Nazionale d'Abruzzo e sosta a Civitella Alfedena, centro pilota del parco e valido esempio di sviluppo dell'ecoturismo. Visita al caratteristico borgo storico, all'area faunistica del Lupo. Trasferimento a Villetta Barrea, centro di soggiorno ideale per il turismo naturalistico. Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio per proseguimento per Pescasseroli, centro amministrativo del Parco. Visita al centro storico. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

3° Giorno, Mercoledì 16 Settembre: Civitaretenga – Bominaco - L'Aquila

Prima colazione in hotel. Escursione nell'aquilano. Sosta a Civitaretenga presso la Coop. Zafferano "Altopiano di Navelli" accoglienza nella casa storica e degustazione di tisana e dolce allo zafferano. Proseguimento per Bominaco, visita all'Oratorio di S. Pellegrino (considerato la cappella sistina D'Abruzzo) e alla Chiesa di S. Maria Assunta. Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio visita di L'Aquila, città capitale della cultura italiana '26. Arrivo nel capoluogo di regione e visita dei monumenti che sono tornati al loro antico splendore dopo il terremoto del 2009: piazza Duomo, la chiesa S. Maria di Collemaggio, chiesa di San Bernardino da Siena, visita esterna al Castello Cinquecentesco. Interessante vedere l'imponente recupero del centro storico. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

4° Giorno, Giovedì 17 Settembre: Costa dei Trabocchi – Fossacesia - Lanciano

Prima colazione in hotel. Escursione sulla Costa dei Trabocchi. Sosta a Fossacesia per la visita all'Abbazia benedettina di S. Giovanni in Venere, una delle più belle della regione e che la storia vuole edificata sui resti di un tempio dedicato a Venere. La struttura è ubicata su di un'altura che domina il golfo, dove lo sguardo si apre su tutta la Costa dei Trabocchi. Sosta in un antico frantoio per un aperitivo - degustazione con olio e vino delle colline frentane e altri prodotti tipici. Trasferimento a Punta Tufano, un angolo di suggestiva bellezza paesaggistica caratterizzata da calette e rocce sopra alle quali si distende un "Trabocco" (straordinaria macchina da pesca simile a una ragnatela di assi, pali e reti a bilancia collegata con la terraferma mediante esili passerelle di legno). Pranzo a base di pesce su di un caratteristico Trabocco (non opzionale, se disponibile al momento della conferma) o in ristorante. Nel pomeriggio visita di Lanciano, città d'arte, del Miracolo e delle Fiere. Visita guidata al centro storico che conserva un aspetto tipicamente medioevale, dove si possono ammirare numerosi monumenti, quali la Cattedrale della Madonna del Ponte, Ponte di Diocleziano, Chiesa di S. Agostino. Visita alla Chiesa di S. Francesco, custode del Miracolo Eucaristico considerato il più grande Prodigio Eucaristico che la Chiesa Cattolica ricordi. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

5° Giorno, Venerdì 18 Settembre: Pescocostanzo – Celano – Roma - Cagliari

Prima colazione in hotel. Escursione a Pescocostanzo, dove si arriva attraverso la piana delle 5 miglia. Visita al centro storico dotato di un rilevante patrimonio di monumenti rinascimentali e barocchi; in particolare si visiteranno il Palazzo Municipale, la Torre del '300 con l'Orologio, il palazzo degli Asburgo e la Basilica di S. Maria del Colle, uno dei monumenti più significativi del patrimonio storico abruzzese. Rientro in hotel e pranzo. Nel pomeriggio partenza in pullman GT per l'aeroporto di Roma Fiumicino. Sul percorso una breve sosta per la visita di Celano per la visita al Castello Piccolomini ed al Museo annesso dove sono in mostra i reperti provenienti dall'area archeologica di Alba Fucens. Nel primo pomeriggio partenza verso l'Aeroporto di Roma Fiumicino e rientro a Cagliari. Arrivo, sbarco e fine dei nostri servizi.



QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (MINIMO 20 PARTECIPANTI) € 1.230,00

SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA € 160,00

LA QUOTA COMPRENDE:

- Passaggio aereo Cagliari-Roma-Cagliari con tariffa in regime di continuità territoriale. È necessario dimostrare la propria residenza in Sardegna presentando in Aeroporto la carta d'identità. Per i non residenti sarà applicato un supplemento. Per ogni passeggero è inclusa una borsa piccola (40x30x20cm), un bagaglio a mano (55x40x20cm) in cabina per un massimo di 10 kg e una valigia da stiva da massimo 23 Kg;
- Sistemazione in camere doppie con servizi privati in alberghi di categoria 3 *** in zona Sulmona;
- Trattamento di pensione completa dal pranzo del primo giorno al pranzo dell'ultimo giorno, compreso un pranzo a base di pesce sul trabocco;
- Bevande ai pasti **INCLUDE** (1/2 di acqua minerale e ¼ di vino) + drink di benvenuto;
- Degustazioni come da programma:
 - tisana e dolce allo zafferano a Civitaretenga
 - olio e vino delle colline frentane nella Costa dei Trabocchi
- Pullman privato Gran Turismo a disposizione per tutta la durata del viaggio;
- Gli ingressi alle attrazioni:
 - Oratorio San Pellegrino a Bominaco
 - Museo arte sacra e Castello di Celano
- Guida locale per tutte le visite previste dal programma;
- **ACCOMPAGNATORE SYNTAGMA VIAGGI PER TUTTA LA DURATA DEL VIAGGIO;**
- • Assicurazione EuropAssistance medico, bagaglio e **ANNULLAMENTO**

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- **Quota di iscrizione € 35,00;**
- Trasferimento A/R Aeroporto di Cagliari Elmas (quotazione su richiesta);
- Tasse di soggiorno ove richieste da pagare in loco, mance, extra personali in genere e tutto quanto non espressamente indicato sotto la voce "la quota comprende".

DOCUMENTI NECESSARI PER LA PARTENZA:

Carta di identità o passaporto in corso di validità.

NOTE

- Per esigenze organizzative le escursioni previste nel programma potrebbero essere svolte in ordine diverso da questo itinerario.
- Il viaggio prevede la visita a centri storici caratterizzati da percorsi pedonali su terreni irregolari, gradini e pendenze. È pertanto fondamentale una discreta mobilità.
- Abbigliamento: Consigliamo vivamente di indossare scarpe da ginnastica o da trekking urbano molto comode e un abbigliamento pratico "a strati", ideale per le giornate di fine settembre.

