

**Hébergement :**

Pendant l'itinérance, l'hébergement se fera en bivouac sur la plage, belle étoile ou tentes.

**Important.**

Le départ du séjour se fait de Santa Lucia, mais une navette est prévu pour les participants au départ d'Olbia (ou Golfo Aranci) la veille du départ (fin de matinée) et le lendemain de l'arrivée (début de matinée). Horaire à définir avec le guide selon avion ou ferry.

Personnellement, je prends le ferry soit à Livourne, Savone ou Toulon pour la sardaigne, il est possible de se "caler" pour le voyage.

Sinon il y a une ligne de bus qui relie Olbia (passant par l'aéroport) à Siniscola (à 5km Santa Lucia) en 1h30 : ligne 514 voir sur : <http://www.arstspa.info/514.pdf>

Le top : hébergement au camping [La Mandragola](#) à Santa Lucia (départ du camping).

Possibilité de bivouac à proximité du départ.

Il y a une ligne de bus qui relie Santa Maria Navarrese à Olbia passant par Siniscola : la 521

Pour le vendredi soir (fin du séjour), le mieux est de prendre une réservation au camping [campinglecernie.it](http://campinglecernie.it) face à la mer, (je peux prêter le matériel de bivouac jusqu'au lendemain 10H).

**Lieux et heures de rendez-vous :**

Rendez-vous à Olbia ou Golfo Arenici la veille à 11h. ou

Rendez-vous à Santa Lucia en début d'après-midi la veille du départ (organisation de la navette et préparation des sacs) .

coordonnées GPS : 40°34'52.08" N 9°46'35.04" E

Arrivée à Santa Maria de Navarrese en milieu d'après-midi, libération vers 18h. Retour sur Olbia le lendemain en début de matinée.

**Matériel fourni :**

- kayak monoplace ou biplace
- gilet, jupe, pagaie
- matériel de bivouac ( tente + nécessaire de cuisine)
- 2 sacs étanches (20l) par personne

**Matériel nécessaire à apporter par le participant :**

- Un sac de couchage compressible,
- Un matelas auto-gonflant (type Thermarest)
- Lunettes de soleil, chapeau ou casquette, crème solaire
- maillot de bain, un short, un pantalon léger
- Une polaire et un coupe-vent pour le soir (attention à la fraîcheur maritime)
- Un T-shirt manches longues pour se protéger du soleil (Type lycra)
- Une lampe et un couteau
- chaussures fermées pour la navigation (protection du pied)
- pharmacie personnelle, anti-moustiques
- nécessaire de toilette, savon spécial mer, papier toilette.
- palmes, masque et tuba (facultatif)

Toutes vos affaires à protéger devront tenir dans 2 sacs de 18L (taille 1 chez Guy Cotten)



**Administratif, fiches techniques :**

- Attestation de savoir nager 25m complétée (à télécharger [ici](#))
- Ne pas oublier sa carte d'identité ou son passeport.
- Les participants doivent avoir tous plus de 18 ans ou être accompagnés de leurs parents.

**Tarifs comprenant :**

- l'encadrement d'un guide brevet d'état CKDA (qualification mer)
- matériel de navigation (préciser votre corpulence (S, M, L, XL, sur le formulaire d'inscription afin d'adapter au mieux le matériel),
- tente
- matériel de popote
- repas (pendant l'itinérance)

**Tarifs ne comprenant pas :**

- La restauration sur l'île (hors itinérance)
- L'hébergement sur l'île (hors itinérance)
- les boissons
- les frais personnels annexes
- le transport jusqu'au lieu de rdv
- Assurances personnelles.

**Conseils pratiques :**

Préférez un savon spécial mer dur (savonnette normale) plutôt que liquide (il mousse mieux).

Préférez une serviette de bain type microfibre , elle sèche plus vite que le coton et prend moins de place. Une fois lavé, s'essuyer de suite cela enlève le sel entièrement sur la peau.

N'oubliez pas d'apporter du papier toilette (j'ai la petite pelle pour l'enfouissement)

Des lingettes nettoyantes peuvent-être utiles (peu écologique mais pratique)

Un camel-bag peut-être très pratique.

Toutes les affaires (qui craignent l'eau) doivent tenir dans un volume égal à 2 x 18L , soit deux sacs étanches Guy Cotten taille 1. Pour ma part, je mets tout mon couchage dans un des sacs (duvet, matelas auto-gonflant, oreiller...), et les affaires de rechange dans un autre (enlever la housse du duvet et le compacter au fond du sac prendra moins de place).

Nous aurons la possibilité de laisser les affaires en surplus et les sacs à dos ou valises dans mon fourgon au départ.