







Giorno 8 — Venerdì 17 luglio · Cagliari + Villasimius

 Base notte	Villasimius
 Carico	● Medio
 Tema	Capitale + spiaggia top

Cagliari di VENERDÌ in alta stagione = caos






Venerdì 17 luglio è il giorno peggiore per Cagliari centro:

-  **Traffico ZTL bloccato** dalle 9:30 (pendolari + turisti + traghetti Olbia/Genova in arrivo)
-  **Parcheggi pieni** entro le 10:00 (centro storico Castello)
-  **Caldo +35°C dalle 12:00** (vicoli stretti, asfalto, niente vento)





Strategia anti-stress:

1.  **Sveglia 7:00 da Pula** → arrivo Cagliari **entro le 8:30** (45 min)
2.  Parcheggio **Park Carlo Felice** (multipiano €2/h, sicuro, copre fino al pomeriggio) — [Google Maps](https://maps.google.com/?q=Parcheggio+Carlo+Felice+Cagliari) (<https://maps.google.com/?q=Parcheggio+Carlo+Felice+Cagliari>)
3.  Salita a **Castello a piedi via Bastione Saint Remy** (10 min, scale + ascensore gratis)
4.  **Finire entro le 13:00** (3-4h visita = perfetto), poi pranzo veloce + via verso Villasimius

Programma orario (NUOVO, ottimizzato)

Orario	Cosa
7:00	Sveglia + check-out Pula + caffè
7:30	 Partenza Pula
8:30	 Arrivo parcheggio Carlo Felice Cagliari
8:45-9:30	Bastione Saint Remy + panorama (fresco mattino)
9:30-10:15	Quartiere Castello + Torre San Pancrazio
10:15-10:45	Cattedrale Santa Maria + cripta
10:45-11:15	Mercato di San Benedetto (esperienza locale)
11:15-11:45	Anfiteatro romano (da fuori) + caffè pausa
11:45-12:30	Pranzo veloce zona Castello o Via Manno
12:45	 Partenza per Villasimius (~50 min)
13:45	 Check-in Villasimius / deposito bagagli
14:30-19:00	 Porto Giunco (pomeriggio = parcheggio si libera)

Programma alternativo (se preferite calma)

-  **Mattina: Cagliari light** (solo Castello + cattedrale, 2h)
-  **Pranzo** semplice (pesce + carasau)
-  **Pomeriggio:** trasferimento Villasimius (~1h)
-  **Porto Giunco** (pomeriggio = parcheggio libero)

Itinerario Cagliari (3h compatto)

Stop	Tempo	Cosa
Bastione di Saint Remy	30 min	Panorama, fotografie
Quartiere Castello	45 min	Vicoli, torri
Cattedrale Santa Maria	20 min	Interni, cripta
Mercato San Benedetto	30 min	Esperienza locale
Anfiteatro romano	20 min	Da fuori (interno chiuso)
Caffè pausa	15 min	–







Tip

Mercato San Benedetto: la sede principale **chiude domeniche e festivi**. Venerdì mattina è perfetto (più animato). Verificare orari estate (di solito 7:00-14:00).

Cagliari fa molto caldo d'estate (35-40°C). Visita 8:30-12:30 max, poi via.

Piano pioggia Cagliari

Se piove (raro luglio): **Museo Archeologico Nazionale di Cagliari + Pinacoteca Nazionale** (Cittadella dei Musei, Piazza Arsenale).

Voce	Dettaglio
 Biglietto	€10/p intero · €5 ridotto · €2 Giovani EU 18-25
 Orario	<input checked="" type="checkbox"/> 08:30-19:30 tutti i giorni (biglietteria fino 18:45)
 Durata	2-3h (Archeologico) + 1h (Pinacoteca) — combinabili stesso biglietto
 Climatizzato	<input checked="" type="checkbox"/> Completamente al chiuso
 Info	beniculturali.it (https://www.beniculturali.it/luogo/pinacoteca-nazionale-di-cagliari)
 Contenuto top	33 Giganti Mont'e Prama + bronzetti nuragici + collezione punico-fenicio-romana

Continuazione di Mont'e Prama

Se avete visto i ~7 Giganti a Cabras (Giorno 5), qui trovate **gli altri 33**. È il completamento naturale dell'esperienza nuragica.

Porto Giunco

Voce	Dettaglio
Parcheggio	€5-8
Soprannome	"Spiaggia dei due mari" (sale e dolce)
Servizi	Kiosco, lettini, ombrelloni
Cosa portare	Maschera (snorkeling buono)
Camminata	100m dal parcheggio
Tip parcheggio	Dopo le 14:00 si libera (turno bagnanti mattino → casa)

Tempi guida

Tratta	Tempo
Pula → Cagliari	40 min
Cagliari → Villasimius	50 min
Totale	~1h30 + visite