Visite du parc national de l’Asinara en Sardaigne, entre terre et mer

À l’extrême nord-ouest de la Sardaigne, le parc national de l’Asinara est un endroit singulier d’un point de vue naturel et historique.

Entre criques azurées, montagnes rocailleuses parcourues par des ânes albinos, ancienne prison pour mafieux et autres vestiges historique, nous vous emmenons pour une visite de l’île d’Asinara par mer et sur terre.

À travers ce guide, je vous donne tous mes conseils pratiques et astuces pour savoir que faire au parco nazionale dell Asinara.

Visiter le parc national de l’Asinara par la mer ou sur terre ? Les deux !

La plupart des visiteurs se contentent d’aller effleurer les côtes de l’Asinara lors d’une excursion en bateau pour aller se baigner dans les magnifiques criques quasi désertes de l’île. Et c’est bien sûr très alléchant ! Mais c’est en posant le pied à terre qu’on peut vraiment découvrir cette île si particulière, avec ses petites pépites.

Une excursion sur l’île d’Asinara en mode road trip

Nous avons choisi de visiter le parc national de l’Asinara de fond en comble en choisissant une excursion nous menant toute une journée en van dans les recoins de l’île.

Et en tant qu’amoureux de la nature, nous n’avons pas regretté ! Quasiment inhabitée depuis plus de 100 ans, l’île est en grande partie sauvage, donnant des paysages ouverts et sauvages de toute beauté. Que ce soit le littoral et ses magnifiques criques, ou l’intérieur des terres vallonné et enroché.

Mais nous avons également été surpris par l’histoire très particulière de l’île d’Asinara, qui nous a été contée parfaitement par notre guide francophone.

Habitée depuis la préhistoire, une petite communauté y vivait paisiblement jusqu’à ce qu’elle soit expulsée en 1885 lorsque l’État y installe une colonie pénitentiaire agricole, prélude à un siècle d’“Alcatraz” italienne répartie en multiples détachements, de Fornelli à Cala d’Oliva.

Pendant la Première Guerre mondiale, près de 24 000 prisonniers austro-hongrois y sont internés et des milliers y périssent. L’île sert à nouveau de camp de prisonniers durant la Seconde Guerre mondiale, avant

d’accueillir plus tard des détenus de haute sécurité, notamment des mafieux, dans un régime d’isolement rendu possible par la mer qui l’entoure. Le fameux Salvatore « Totò » Riina, le chef de Cosa Nostra, y a séjourné dans les années 1990 sous un régime d’isolement particulièrement strict, son nom étant étroitement associé aux assassinats des juges Giovanni Falcone et Paolo Borsellino. L’ile a d’ailleurs servi à ces deux juges de lieu de protection de travail.

Jusque dans les années 90, l’île a également servi de prison pour les brigades rouges et d’autres figures du grand banditisme. Un beau pédigrée…

Ce confinement humain prolongé a paradoxalement protégé la nature. Quand la prison ferme en 1998 et que l’Asinara devient un parc national avec une zone marine protégée au début des années 2000, on découvre une biodiversité intacte, des paysages quasi vierges, et l’âne blanc albinos devenu emblème de l’île. Les anciens bâtiments pénitentiaires et le lazaret composent quant à eux un décor saisissant où l’histoire affleure à chaque crique.

À bord de notre van, nous avons passé la journée à parcourir ces vestiges historiques et arpenter les recoins nature de l’île, notamment les lieux d’intérêt suivants :

- **Cala Fornelli** : le port d’arrivée des bateaux venant de Stintino, avec une petite buvette et des toilettes
- **Fortezza del Castellaccio** : les ruines d’un ancien fort qui permettent surtout d’avoir une superbe vision panoramique sur l’île

- Nous avons ensuite roulé dans les terres à la découverte de la nature de l’île et de sa faune, notamment des chevaux, les fameux **ânes albinos** qui ont donné leur nom à l’île, et, si vous avez de la chance, vous pourrez apercevoir des mouflons !

- Différentes **anciennes installations pénitentiaire**s parsèment l’île. Chacune avait ses spécificités et essayait de vivre en autonomie, avec ses cultures entretenues par les prisonniers. Une vie probablement assez difficile pour les prisonniers, mais aussi les gardiens.

- Ensuite, nous avons pris la direction de **Cala Reale**, un centre touristique de l’île avec quelques logements et un restaurant. Les bateaux en provenance de Porto Torres y accostent.

- À proximité, nous avons visité le **CRAMA**, un centre de récupération et de soins pour les tortues marines. Deux tortues y étaient soignées lors de notre visite.

- Nous avons poursuivi notre chemin vers le nord de l’île en admirant de magnifiques **criques et plages**.

- Puis, visite de **Carcere-Bunker di Cala d’Oliva**, une unité pénitentiaire qui nous avons pu visiter. Transformée en musée, nous avons été saisis par les conditions de vie dans lesquelles pouvaient vivre les prisonniers et gardiens jusque dans les années 90…

- Pour terminer en beauté la journée, nous allons nous poser, puis nous baigner dans les magnifiques **calas Sabina et Giodarno**.

- Retour vers le bateau pour rentrer à Stintino après une journée bien chargée où nous en avons pris plein les yeux !

Nous avons adoré cette visite, au rythme parfait pour nous (c'est souvent ce qui nous fait hésiter à prendre une excursion guidée). Une visite nature et culture pleine de surprises, avec même une baignade en eaux azurée pour conclure parfaitement le tout !

---

excursion d'une journée sur l'île d'Asinara en petit groupe en van

---

Les excursions en bateau autour de l'île Asinara

Vous rêvez d'une croisière à la journée pour naviguer de crique en crique et vous baigner dans des eaux chaudes et limpides ? C'est le programme de base des excursions en bateau autour de l'île d'Asinara, dont la plupart démarrent du port de Stintino.

Depuis quelques années, les bateaux ont le droit de mouiller dans certaines criques de l'île. Mais cela reste très contrôlé. Pendant notre visite au mois d'aout, il n'y avait franchement pas foule, tant mieux !

Certaines excursions en bateau à Asinara vous offrent en plus la possibilité de faire une escale sur l'île à Cala Reale. Vous pourrez alors explorer un petit bout de l'île et éventuellement visiter le centre de sauvegarde des tortues. Bien sûr, ce ne sera qu'un petit aperçu, vous n'aurez pas la possibilité de voir les différents paysages de l'île, sa faune et ses monuments historiques, mais c'est déjà ça ! Tout dépend de votre priorité entre visite culturelle et nature ou journée détente et baignade.

À moins de conjuguer les deux si vous avez le temps… Un jour de croisière et un jour de visite à terre !

Excursion en voilier d'une journée dans les plus belles criques d'Asinara

---

Guide pratique tourisme – visiter le parc de l'Asinara en Sardaigne

Comment se rendre sur l'île d'Asinara ?

Vous avez deux options principalement :

- soit vous souhaitez explorer l'Asinara en autonomie, dans ce cas, il faudra prendre un ferry depuis Porto Torres,
- soit vous optez pour une excursion guidée (croisière ou traversée en ferry avec visite de l'île), auquel cas vous n'aurez pas à vous préoccuper des déplacements. Voir le chapitre suivant pour connaître nos suggestions.

Ferry Porto Torres Asinara

Il existe des ferrys qui relient le port de Porto Torres à Asinara (Cala Reale). Il n'est pas possible d'embarquer avec une voiture. Si vous souhaitez dormir sur l'île, c'est ce ferry qui vous déposera à proximité de l'unique hébergement de l'Asinara.

Horaires, tarifs et réservation

Ferry Stintino / Asinara

Il y a un bateau entre Stintino et Asinara (Fornelli) partant à 9h30 et revenant à 16h30.

Les tarifs en 2026 : 24 € / adulte, 37 € / adulte avec vélo.

Horaires, tarifs et réservation

Comment se déplacer sur l'île d'Asinara ?

À moins de venir en excursion, il vous faudra trouver un moyen de transport pour visiter le parc national. Plusieurs options s'offrent à vous :

- À pieds – vous pouvez suivre les sentiers, mais attention, les distances sont assez importantes et, surtout, il n'y a pas du tout d'ombre et très peu d'infrastructures. Je ne recommande donc pas la randonnée en juillet et en août, car il peut faire très chaud.
- En vélo – il est possible de louer un vélo classique ou un vélo électrique AVANT d'embarquer sur le ferry pour ensuite explorer l'île. Idem, attention à la chaleur en été, même si c'est davantage faisable en vélo électrique. Couvrez-vous bien la tête et prenez beaucoup d'eau !
  - louer un vélo à Porto Torres
  - louer un vélo électrique à Porto Torres
- En voiturette – des voiturettes de golf sont disponibles à la location sur l'île d'Asinara, permettant d'accéder à une grande partie du parc national. C'est assez cher (de 120 € pour 2 personnes à 180 € pour 4 personnes en haute saison), mais c'est une option si vous ne voulez pas de guide.

Si vous optez pour la voiture de location, ce qui est bien plus pratique pour visiter la Sardaigne en général, je vous conseille de lire notre guide complet sur la location de voiture à Olbia.

Quelle excursion au parc de l'Asinara ?

L'écrasante majorité des visiteurs pour Asinara choisissent de venir en excursion. Soit pour visiter l'île en 4×4 ou van, soit pour longer les côtes en bateau.

Excursion en bateau autour de l'île d'Asinara

Si vous êtes plus baignade que visite nature et culture, alors les excursions en bateau sont faites pour vous. Plusieurs options s'offrent à vous, à la demi-journée ou journée, en petit bateau, catamaran, voilier… Mais dans tous les cas, vous aurez l'occasion d'aller admirer les eaux azurées de l'Asinara et vous baigner dans une des criques (au moins).

Certaines excursions à la journée proposent également une escale sur Asinara, permettant de voir un petit bout de l'île.

Nos excursions en bateau à Asinara recommandées, au départ de Stintino :

- Croisière en catamaran à la journée avec baignade et arrêt possible sur l'île
- Excursion en voilier d'une journée dans les plus belles criques d'Asinara
- Excursion d'une demi-journée avec arrêt sur l'île, baignade à Asinara et la Pelosa

Excursion en 4×4 ou van dans le parc de l'Asinara

Pour réellement profiter du parc national de l'Asinara, je vous conseille vivement une excursion guidée sur l'île, en véhicule. Il y a deux options qui sont sensiblement similaires, soit en 4×4, soit en van.

Je vous déconseille le 4×4, c'est beaucoup, beaucoup moins confortable (ça secoue, on est bien plus serré, il n'y a pas de climatisation) et ne présente aucun intérêt, puisque les routes empruntées sont les mêmes pour toutes les excursions.

Nous avons fait cette excursion, que nous recommandons chaudement, notre guide était top, en français et le rythme parfait :

- excursion d'une journée sur l'île d'Asinara en petit groupe en van depuis Stintino (indiqué anglais ou italien, mais il y a des guides francophones)

La même agence propose la même excursion depuis Porto Torres en véhicule électrique désormais, mais en italien à priori

N'oubliez pas votre maillot de bain ;)

Que voir, que faire au parc de l'Asinara ?

On récapitule ! Voici que voir et que faire dans le parc national de l'Asinara :

- vous baigner dans des criques sauvages
- randonner dans la nature (attention à la chaleur en été)
- randonner en vélo (attention à la chaleur en été)
- parcourir l'île en voiturette de golf
- visiter les anciennes prisons
- voir les anciens villages et installations historiques
- voir les ânes albinos et la faune du parc national
- visiter le centre de sauvegarde des tortues

De quoi passer une belle journée, non ?

Où dormir à Asinara ou dans les alentours ?

Il y a pas mal d'options pour dormir dans les environs du parc national de l'Asinara (mais pas sur l'île elle-même) :

- Stintino, petite station balnéaire où se trouve la célèbre plage de la Pelosa, avec des hébergements plutôt haut de gamme
- Porto Torres, ville à proximité située en bord de mer, avec des établissements plus abordables, bien située pour rayonner dans le nord de la Sardaigne
- Sassari, la grande ville de cette partie de la Sardaigne

Sur l'île d'Asinara

Il n'y a qu'une seule possibilité de dormir sur l'île d'Asinara, à Cala Real : la locanda del parco

Les tarifs vont de 160 à 370 € selon la saison et si vous cherchez une chambre double ou quadruple.

Vous trouverez sur place un restaurant (il n'y a pas d'autre option pour manger sur l'île). Ils proposent également des excursions sur l'île et des sorties pêche.

Infos et réservation

À Stintino

Cala lupo resort – haut de gamme

Sans doute le plus bel établissement de Stintino, avec une magnifique plage privée, des installations très complètes et un service haut de gamme.

---

renseignements et réservation

---

103 boutique hotel Stintino – moyenne gamme

Selon moi, l'hôtel avec le meilleur rapport qualité/prix à Stintino. Des chambres très bien décorées pour cet établissement situé à quelques pas de la plage de Stintino.

---

renseignements et réservation

À Porto Torres

Boutique Lungomare – moyenne gamme

Magnifique studio tout équipé avec une vue parfaite sur la mer et un accès direct à la plage.

---

renseignements et réservation

B&B la finestra sul puerto – catégorie économique

Un b&b surprenant à tarif abordable, juste à côté du port et de la plage de Porto Torres. Propreté nickel et bel accueil.

renseignements et réservation

À Sassari

Album boutique rooms – Catégorie moyenne / supérieure

Notre coup de cœur à Sassari, un établissement bien décoré, idéalement situé à Sassari, bien équipé avec un excellent accueil.

renseignements et réservation

B&b hotel Sassari – catégorie économique

Un hôtel simple, au design élégant et épuré, bien équipé et bien situé. Tout ce qu'on aime dans cette catégorie de prix.

renseignements et réservation

Vous partez en Sardaigne ?

Visiter la Sardaigne : notre guide complet
Louer une voiture en Sardaigne : notre guide
Que faire à Olbia et dans le Nord est de la Sardaigne
Visiter les îles Maddalena, que faire ?
Que faire à Cala Gonone et dans le golfe d'Orosei
Que faire à Cagliari et dans le sud de la Sardaigne

Cet article contient des liens affiliés vers différents prestataires (hôtels, activités) que nous avons sélectionnés pour leur pertinence. En les utilisant, vous soutenez notre travail sans payer plus cher vos réservations. Merci beaucoup.