



LA COSTA DEI GIGANTI DI PIETRA

Da Capo Pecora verso Scivu
tra complessi granitici e tombe dei giganti

ESCURSIONE

Arbus
Domenica 8 Dicembre

Mmmh... nel caricare le foto sul post di presentazione che trovare qui... <https://www.facebook.com/initinerepercorsi/posts/1803590829785950> mi è salita una voglia pazzesca di di tornare in questo posto che mi affascina da sempre, davanti a quel mare potente e sconfinato, sul ciglio di quelle scogliere colorate, sui verdi pendii di quelle montagne... Voglia di camminare e respirare quell'aria... L'escursione è poco impegnativa ma di grande soddisfazione.

GRADO DI DIFFICOLTÀ **Medio.** Percorso non troppo lungo (8Km), prevalentemente su sentiero abbastanza buono con qualche tratto facile su roccia e dislivelli molto modesti (250mt). Solo un eventuale maestrale può aumentare un po' l'impegno.

DESCRIZIONE 25 Km di linea di costa, tra Marina di Arbus e Portixeddu, priva di importanti insediamenti umani. 350 Km dalle Baleari, 700 dalla Spagna, 1200 da Gibilterra, un'enorme e profondo canale aperto verso la **Porta dell'Oceano**. Basta affacciarsi verso il mare, guardare lontano, e la potenza di spazi così immensi verso terre e tempi lontani non puoi non sentirla. Questo è parte del fascino di questo meraviglioso pezzo di Sardegna. E Capo Pecora è come un **molo naturale** proteso verso antiche strade di navigazione.

Capo Pecora è un promontorio sulla parte più meridionale della splendida Costa Verde, che rientra tra i **Siti di Importanza Comunitaria (SIC)** sottoposti a tutela ambientale per via della **notevole biodiversità**. Qui la vegetazione è tipica di ambienti sabbiosi, sono presenti molte specie endemiche e l'habitat è ideale per uccelli quali il falco pellegrino, il marangone dal ciuffo e naturalmente una ricca popolazione di cervo sardo.

Il colore rosato delle sue **spettacolari forme granitiche** spicca in una costa dominata dalla roccia calcarea e si contrappone al turchese del mare e al verde della macchia mediterranea. Risalendo verso Nord in direzione della splendida spiaggia di Scivu (che non raggiungeremo) troveremo scogliere a picco sul mare, calette di ciottoli e rocce arrotondati dall'incessante opera del mare, ripidi crinali coperti di vegetazione modellata dal maestrale.

Inaspettatamente, in questo luogo sperduto e incontaminato, lungo il nostro percorso troveremo tracce di ben **4 Tombe dei Giganti** e alcuni **resti di nuraghe**. Infatti questo tratto di costa era abitato fin dalla preistoria. Giunti nel punto più alto dell'altopiano, alla torre di vedetta, lo sguardo spazierà verso nord sull'impagabile **spettacolo della Costa Verde** e sul "deserto" delle dune di Piscinas. Una comoda mulattiera che passa più interna rispetto alla costa ci ricondurrà più velocemente (non senza altre piacevoli sorprese e occasioni di sosta) al punto di partenza.

EQUIPAGGIAMENTO E INDICAZIONI Equipaggiamento standard. Portare giacca a vento e vestirsi a strati per affrontare le possibili escursioni termiche da caldo a freddo. Scarpe da trekking, zaino, acqua, pranzo al sacco, una piccola torcia elettrica.

#Ore di cammino indicative: 4/5 #Distanza da percorrere Km: 8 #Dislivello complessivo in salita metri: 250 (graduali) #Si cammina a quote (metri): 0-250 #Tipologia terreno: mista (sentiero, carrareccia, mulattiera, rocce) #Tipologia del percorso: ad anello #Sterrate da fare in auto: no #Distanza in auto da Cagliari: 1h30min, 104Km #Quota di partecipazione: €30.00 / soci Ass. Maestr'ale €25.00 #Appuntamento a Cagliari ore e luogo: h7.15 Ex Motel AGIP angolo Via dei Carroz/V. Santa Maria Chiara (asse mediano) #Appuntamento in zona ora e luogo: h 8.15 Arbus - Giorgy Bar, SS126 Via Libertà ang. Via Rinascita #Termine indicativo escursione ore: 16.30/17.00 #Adesioni entro: Venerdì 22 ore 13.00 #Numero minimo/massimo di adesioni: 4/12

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI Mob. 333.2099349 E-mail: masbongini@gmail.com

SE VUOI ESSERE INFORMATO REGOLARMENTE SU PROGRAMMI E APPUNTAMENTI
COMUNICA E-MAIL E NUMERO DI TELEFONO, SARAI INSERITO NELLA @ RUBRICA DI IN-ITINERE



PERCORSI ED ESPERIENZE NELLA NATURA E NELLA STORIA DELLA SARDEGNA

www.facebook.com/initinerepercorsi

Massimo Bongini - Guida Ambientale Escursionistica AIGAE Cod. Registro Nazionale SA454 www.aigae.org
Mob. 333.2099349 E-mail: masbongini@gmail.com

COS'È IN-ITINERE

In-ITINERE è "LUNGO IL CAMMINO", UN VIAGGIO CON UN PIEDE NELLA DIMENSIONE ESTERIORE ED UNO IN QUELLA INTERIORE, UN INVITO A MUOVERSI NELLA NATURA CON UN'ATTENZIONE SENSIBILE E SENSORIALE RIVOLTA A TUTTE LE FORME DI VITA VEGETALI, ANIMALI E MINERALI, AGLI ELEMENTI, ALLE ATMOSFERE E ALLA MEMORIA DEI LUOGHI STESSI, ALLE TRACCE CHE L'UOMO VI HA LASCIATO.

LA SARDEGNA OFFRE IL TERRENO E LA MATERIA PRIMA IDEALE PER TUTTO QUESTO: È UNA TERRA ANTICA, TESTIMONE DI UNA CULTURA CHE CONOSCEVA IL POTERE DEI LUOGHI NATURALI E SAPEVA INTEGRARSI CON ESSI, RIPRODUCENDONE E AMPLIFICANDONE L'ARMONIA E L'EQUILIBRIO CON OPERE MEGALITICHE CHE TRASMETTONO ANCORA OGGI L'ACCORDO ARMONICO CON LE FORZE DELLA TERRA E DEL CIELO.

LA CONDUZIONE È CURATA DA Massimo Bongini, Guida Ambientale Escursionistica AIGAE, CHE IN BASE ALLE ESPERIENZE DEL PROPRIO PERCORSO PERSONALE PROPONE ALL'OCCASIONE MOMENTI DI ASCOLTO, CONNESSIONE E MEDITAZIONE, VALORIZZANDO IL "GRUPPO" E LA SUA COESIONE COME RISORSA.