

# SOLSTIZIO... SULLE ORME DI BES

## ANTICA STRADA COSTIERA CHIA-NORA



**ESCURSIONE**

**Domus de Maria**  
**Sabato 21 Dicembre**

Da quando i primi **scavi archeologici** hanno iniziato a portare alla luce a poco a poco la sua **antica storia**, la **bellezza rara di Chia** si è arricchita di **fascino e mistero**, collegati a un possibile **culto della Luna** ed ai **riferimenti astronomici** di un antico ritrovamento. Questo classico e piacevole percorso costiero sarà l'occasione per scoprirne ogni aspetto... sotto l'influsso cosmico del **passaggio solstiziale**, che saluteremo davanti allo spettacolo di mare, laguna e montagne al termine della nostra escursione.

**GRADO DI DIFFICOLTÀ** **Medio (o Facile in base all'opzione)**. In base al gruppo e alle condizioni meteo della giornata sceglieremo se rispettare il percorso completo ad anello di 12 Km o se invece lasciare un'auto a Pinus Village per fare navetta e limitarci ai 6 Km del primo tratto costiero godendoci di più le pause.

**DESCRIZIONE** Uno dei percorsi più classici per godere la bellezza della meravigliosa **Costa del Sud**, in uno dei suoi tratti più **selvaggi e solitari** che si sviluppa lungo il tracciato di un'**antica strada**, valorizzata anche in epoca romana, che collega **Chia** a **Nora**. Qui domina una macchia mediterranea ricca di essenze endemiche e biodiversità. Il **sentiero completo** corre prevalentemente lungo la costa, con scorci panoramici da un lato le bianche spiagge di Chia e Su Giudeu e dall'altro la costa del **Golfo di Cagliari**, per poi risalire dall'interno seguendo le creste dei **Monti Sa Guardia** (a una quota massima di 200mt) e poi chiudersi ad anello sul primo tratto dell'andata. La **variante parziale** termina invece a **Pinus Village** evitando la risalita interna.

Chia è conosciuta oggi esclusivamente come ambita **località turistica** per via delle sue **incantevoli spiagge**, ma la sua storia nasconde molte **sorprese e misteri** che gli scavi archeologici degli ultimi decenni hanno appena iniziato a svelare, collegando i più antichi insediamenti al **culto della Luna e delle acque** ed a manufatti realizzati secondo riferimenti astronomici, come le **pietre sferiche** ritrovate sui **Monti Setti Ballas**. Il poliedrico e bizzarro personaggio di **Bes** (divinità fenicia ma diffusa in buona parte del Mediterraneo di cui è stata qui rinvenuta una piccola statua) accompagnerà la nostra escursione.

**EQUIPAGGIAMENTO E INDICAZIONI** Equipaggiamento standard (vedi "note generali"). 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. Ai partecipanti verranno date altre eventuali indicazioni specifiche.

#Ore di cammino indicative: 5 (3) #Distanza da percorrere Km: 12 (6) #Dislivello complessivo in salita metri: 350 (150) #Si cammina a quote (metri): 0-184 #Tipologia terreno: mista (sentiero, carrareccia, mulattiera) #Tipologia del percorso: anello+bastone #Sterrate da fare in auto: no #Distanza in auto da Cagliari: 50 min, 50 Km #Quota di partecipazione: €30.00 / soci Ass. Maestr'ale €25.00 #Appuntamento a Cagliari ore e luogo: h7.30 Parcheggio fronte Iper Pan Via La Plaia #Appuntamento in zona ora e luogo: h 8.30 Chia Bar Mongittu #Termine indicativo escursione ore: 16.30/17.00 #Adesioni entro: Venerdì 20 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](http://www.facebook.com/initinerepercorsi)

**Massimo Bongini** - Guida Ambientale Escursionistica **AIGAE** Cod. Registro Nazionale SA454 [www.aigae.org](http://www.aigae.org)  
Mob. **333.2099349** E-mail: [masbongini@gmail.com](mailto: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.

**Massimo Bongini** - E' Guida Ambientale Escursionistica **AIGAE** (Codice Registro Nazionale SA454 [www.aigae.org](http://www.aigae.org)) ed opera in Sardegna col progetto "In-Itinere" ([www.facebook.com/initinerepercorsi](http://www.facebook.com/initinerepercorsi)). Pratica da 25 anni **trekking**, **alpinismo** e **canyoning** tra Appennino, Alpi e Sardegna, con corsi ed esperienze sotto la conduzione delle Guide Alpine Cristiano Delisi e Luca Bucciarelli. Ha condotto a Roma per trent'anni uno dei "centri del naturale bio-eco" storici italiani, curando anche programmi di **iniziative culturali**, **didattiche**, **divulgative ed esperienziali** su argomenti relativi a benessere, naturismo, ecologia, ricerca interiore, discipline olistiche, sciamanesimo cultura e tradizioni antiche. Dal 2013 vive a Cagliari dove conduce **seminari** e **laboratori** su questi temi, soprattutto in collaborazione con l'Associazione Culturale Maestr'Ala. E' **consulente Aetere's** ed opera secondo la metodologia **B.R.A.** (Biocompatibilità e Riarmonizzazione Ambientale) per la bonifica dei disturbi energetici dell'habitat ([www.aeteres.com](http://www.aeteres.com)). E' nato a Firenze nel 1960.