



GRADO DI DIFFICOLTÀ **Medio.** Nessuna difficoltà particolare, solo qualche tratto di sentiero selvatico.

DESCRIZIONE Una escursione quasi dietro casa per chi vive a Cagliari e interland, e tuttavia capace di regalare ambienti e panorami inaspettati attraverso un percorso che tocca i margini del **Parco dei Sette Fratelli** a cavallo tra i territori di **Maracalagonis** e **Sinnai**. Dall'abitato del piccolo borgo di **San Pietro Paradiso** si risale la Valle di Rio San Giorgio verso le alture di **Monte Cresia** fino ad intercettare il canale secondario formato dal Riu **Murta Sterria e' Pizzus**, che guaderemo per raggiungere in breve l'omonima **Tomba dei Giganti**. *** Questa struttura megalitica edificata in epoca nuragica si conserva in discrete condizioni mostrando una particolarissima interazione con **enormi piante di lentisco** che ne hanno in parte divelto le lastre granitiche che compongono la lunga camera interna del monumento. Il luogo è particolarmente **suggestivo** non solo per le sculture naturali realizzate da tronchi e rami contorti integrati con la pietra, ma anche per il livello assai elevato di **"energia naturale"** probabilmente collegata all'altra più famosa Tomba dei Giganti di **Is Concias** che si trova ad appena 1,8 Km in linea d'aria. Qui avremo modo di sperimentarne gli effetti. *** Risaliremo poi per un **panoramico sentiero** con vedute che spaziano sul **Golfo di Cagliari**, fino ad affacciarsi dall'alto sull'ampia **Valle di Riu Longu**, percorsa della vecchia Strada Statale 125, dove scorgeremo gli abitati che precedono il borgo di **San Gregorio** e i rilievi che conducono al paese di **Burcei** e alla parte occidentale del Parco. *** Da qui proseguiremo ancora in salita fino al punto più alto intorno a **quota 770**, nei pressi di **Punta Funtana Ona**, da cui avremo un'ampia veduta sulle cime del Sarrabus con una prospettiva che giunge fino ai monti del **Gennargentu**. Per il ritorno prenderemo un sentiero poco frequentato che percorre altre valli e radure fino a ricongiungersi alla strada principale poco più su di San Pietro.

EQUIPAGGIAMENTO E INDICAZIONI Equipaggiamento standard (vedi scheda generale). Importanti scarpe da trekking, pile o maglia calda, giacca impermeabile con cappuccio o cappello, zaino da escursione, scorta d'acqua, pranzo al sacco. Utili i bastoncini da trekking.

#Ore di cammino indicative: 4/5 #Distanza da percorrere Km: 8,5 #Dislivello complessivo in salita metri: 480 (graduali)
 #Si cammina a quote (metri): 400-770 #Tipologia terreno: mista (sentiero, mulattiera, carrareccia) #Tipologia del percorso: ad anello #Sterrate da fare in auto: no #Distanza in auto da Cagliari: 40min, 28Km #Quota di partecipazione: €30.00 / soci Ass. Maestr'ale €25.00 #Appuntamento a Cagliari ore e luogo: h 8.00 Parcheggio Cinema The Space, Via delle Serre, Quartucciu #Appuntamento in zona ora e luogo: h 8.45 Chiesetta San Pietro Paradiso, Maracalagonis #Termine indicativo escursione ore: 17.00 #Adesioni entro: Venerdì 26 ore 20.00 #Numero minimo/massimo di adesioni: 4/12

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



PERCORSI ED ESPERIENZE NELLA NATURA E NELLA STORIA DELLA SARDEGNA

Massimo Bongini - Guida Ambientale Escursionistica **AIGAE** Cod. Registro Nazionale SA454 www.aigae.org

Mob. 333.2099349 E-mail: masbongini@gmail.com www.facebook.com/initinerepercorsi