



ISOLA DI CAPRERA

ESCURSIONISMO FRA CIELO E MARE

Ci apprestiamo al ritorno della bella stagione. Un periodo che invita alle passeggiate e alla natura. Quale migliore occasione, allora, che tornare a calcare i sentieri italiani, magari immersi in un complesso ambientale di rara bellezza, nel quale l'ecosistema marino si combina con paesaggi incantevoli e incontaminati?



Lungo il sentiero n. 10 con la guida del Parco Nazionale dell'Arcipelago de La Maddalena

È il caso di Caprera, la nostra tappa di oggi, la seconda delle perle dell'arcipelago di La Maddalena (l'isola più grande), posto a nord-est della Sardegna, proprio di fronte alle Bocche di Bonifacio e alla Corsica.

Caprera è un'isola che, pur non essendo particolarmente estesa, ha uno sviluppo costiero di ben 45 km e offre una fitta rete sentieristica, molto ben segnalata, che permette di immergersi nella natura camminando a piedi e assaporando ogni "angolo" di questo paradiso sardo. Qui lo sviluppo del circuito stradale è estremamente ridotto (anche nelle dimensioni della carreggiata) e ciò consente di rendere sostanzialmente nullo l'impatto degli autoveicoli sull'ecosistema isolano. Addentrarsi a piedi in questo

ambiente incontaminato, lungo sentieri che offrono forti emozioni, con scorci e angoli particolarmente suggestivi e solitari, rende estremamente piacevole l'esperienza escursionistica. Fondamentalmente si tratta di un viaggio esperienziale attraverso la natura, la storia e la cultura locale, lontano dal funesto squillare dei telefoni cellulari e dal concitato vociare dei turisti caciaroni, che spesso affollano le spiagge dell'arcipelago nei mesi più caldi. Per tali motivi Caprera può essere definita una vera e propria isola del trekking, cui la natura ha donato anche la bellezza di un mare impareggiabile. Non a caso, infatti, anche fuori dal periodo di maggiore pressione turistica, possiamo incontrare escursionisti appassionati che percorrono i suoi numerosi sentieri. L'origine dell'arcipelago risale all'ultima glaciazione, quando le acque ricoprirono le depressioni lasciate libere dal naturale sgretolarsi del granito, da cui rimasero visibili i punti più elevati, formando queste isole. La geomorfologia del territorio è, quindi, caratterizzata da rocce granitiche che l'erosione eolica e marina hanno modellato in forme suggestive e uniche, facendole diventare veri e propri monumenti naturali. Per questo e per le particolari colorazioni dell'acqua attorno alle isole, l'arcipelago è considerato uno dei paesaggi più suggestivi del mondo. A ciò si aggiunge la presenza di una ricca varietà di flora e di fauna. Proprio per tutelare un tale stupendo patrimonio ambientale, nel 1996 è stato costituito il Parco Nazionale dell'Arcipelago de La Maddalena.

Per le escursioni sono consigliati i periodi di primavera e



Cala Coticcio vista attraverso una "finestra" speciale scavata dal vento (foto Marco Amadasi)



Una suggestiva veduta di Cala Coticcio (foto Daniele Diana)

autunno, più freschi, mentre in estate è preferibile percorrere i sentieri durante le prime ore del mattino, per evitare le alte temperature della parte centrale della giornata. La carta dei sentieri è disponibile presso l'Ufficio del Turismo a La Maddalena oppure scaricabile gratuitamente leggendo il Q-code riportato sui tabelloni illustrativi all'inizio dei sentieri. La partenza dell'escursione di oggi è da Piazza Umberto I a La Maddalena, da dove è possibile incamminarsi verso Caprera lungo la strada asfaltata che porta prima a Moneta e poi, attraverso il ponte di collegamento, alla nostra destinazione. Sono circa tre chilometri di splendido lungomare, che permette di vedere il nucleo abitativo di Moneta, i locali porticcioli turistici e il vecchio arsenale della Marina Militare, segno del rapporto che da secoli lega l'isola con la marineria.

Attraversando il piccolo ponte che ci conduce a Caprera possiamo ammirare il Passo di Moneta, uno stretto passaggio tra le due principali isole dell'arcipelago che permette la navigazione solo alle barche più piccole, per via

dei suoi bassi fondali e dei numerosi scogli affioranti. Ciò dona a queste acque un'eccezionale varietà di colori, che va dal blu al verde turchese, incorniciate dal rosso del granito costiero.

Per i più pigri, questo primo tratto può essere percorso con i mezzi pubblici. Verificare bene gli orari, che possono variare in base al periodo dell'anno.

Proseguendo il cammino dal ponte, in circa quattro chilometri si arriva alla deviazione dalla quale inizia il sentiero n. 10 verso Cala Coticcio (distante circa 1,8 km - 50 min), un piccolo paradiso all'interno del Parco. Dato che questa particolare stupenda area si trova all'interno della riserva integrale (zona Ta), essa è visitabile solo in numero contingentato, per un tempo limitato e in compagnia delle guide del Parco, previa prenotazione (verificare i numeri da chiamare e ricordarsi di prenotare per tempo).

Prima di incamminarci sul sentiero n. 10 ammiriamo da lontano l'imponente mole del Forte Arbuticci (132 m.s.m.), un'enorme struttura difensiva che risale a fine 'ottocento e



Navigazione a vela nella baia di Porto Palma



Le trasparenze del mare in una caletta lungo il sentiero n. 10

Una postazione militare mimetizzata con la scogliera (foto Renzo Nonne)





Un simpatico incontro camminando verso Punta Rossa



Gli alberi vengono modellati dall'incessante azione del vento e della salsedine

che si estende per circa 25.000 mq, con una cinta muraria di circa 750 m, spessa 2,5 m. Era attrezzata con tre diverse batterie di cannoni, due in funzione antinave con sei obici da 280 mm a retrocarica e quattro cannoni da 228 mm ad avancarica, e una terza con quattro cannoni da 75 mm a retrocarica. A ciò si aggiungevano alcune mitragliere da 25 mm per la difesa ravvicinata. Da lassù c'è una vista incantevole sulla Corsica e su tutto l'arcipelago, che comprende sette isole (La Maddalena, Caprera, Santo Stefano, Spargi, Budelli, Razzoli e Santa Maria) e si comprende perfettamente come la posizione fosse importante per la difesa di tutta l'area.

All'arrivo delle nostre guide, Renzo e Daniele, ci addentriamo nel cuore di Caprera, dove la natura regna indiscussa e incontaminata. Immediatamente l'escursionista viene colpito dalla fragranza dei profumi che solleticano le narici. Salsedine e vegetazione fanno, infatti, a gara nel richiamare alla mente fragranze che, nelle città, sono ormai dimenticate. Attraverso il paesaggio tipico dell'isola, carat-

terizzato da formazioni di granito, cui l'erosione eolica ha impresso profili inconsueti e curiosi, e arbusti bassi che si affacciano su stupende insenature e su un mare incontaminato dalle mille tonalità di blu e verde, percorriamo un sentiero che si sviluppa tra cielo e mare, praticabile con la dovuta attenzione, prudenza e muniti della giusta attrezzatura. Renzo, infatti, ci precisa che in passato, quando l'area non era ancora riserva integrale ed era accessibile a tutti, alcuni turisti poco accorti si sono avventurati sul sentiero con infradito o scarpette non adatte, incontrando qualche difficoltà. Lungo il sentiero è possibile vedere un arbusto sempreverde tipico del luogo, il Lentisco (*Pistacia lentiscus*), le cui caratteristiche bacche (di colore nero quando sono mature) hanno fornito il grasso alimentare vegetale più consumato dopo l'olio di oliva, che era destinato principalmente alle tavole dei ricchi.

Daniele ci dice che l'olio di Lentisco (in altre parti della Sardegna noto anche come Moddizzi, Lesticu, Stincu o Chessa) era apprezzato per le sue particolari proprietà aromatiche, anche se era comunque considerato un olio povero, destinato prevalentemente alle mense dei meno abbienti, in particolare durante i periodi di carestia o in caso di scarso raccolto di olive.

Perfettamente mimetizzate con l'ambiente non mancano, inoltre, le tracce del passato militare dell'isola, con i ruderi di postazioni delle vedette, che assicuravano la scoperta di possibili minacce alle navi ancorate nella baia.

Con un'ultima ripida e impegnativa discesa giungiamo infine a Cala Coticcio, costituita da due insenature, conosciuta dai turisti come "Tahiti", per via della sua sabbia fine e la trasparenza dell'acqua che ricordano i mari del Pacifico meridionale. Si tratta di un paradiso tutto italiano, raggiungibile senza fare ore e ore di aereo.

Ci gustiamo il paesaggio e l'immersione in questa natura incontaminata, ascoltando il silenzio, rotto solo dal vento e dal continuo frangersi delle onde sugli scogli, e osservando con curiosità e ammirazione le opere d'arte create dal vento e dalla salsedine. Lungo il cammino di ritorno ci imbattiamo nei veri abitanti dell'isola, un gregge di capre di montagna che vivono allo stato selvaggio. Ci osservano dall'alto delle rocce con apparente indifferenza, mentre continuano le loro pratiche quotidiane. Quelle che sembra-



Il Lentisco (Pistacia Lentiscus)



La capra di montagna é la vera padrona dell'isola

no le più giovani si soffermano un attimo a osservarci con curiosità, ma subito vengono distolte dalle altre, che le richiamano nel gruppo. Alcune si riposano godendosi il paesaggio e l'aria profumata di salsedine. Tornati sulla strada asfaltata e nuovamente all'interno dell'area di riserva generale (zona Tb) ci incamminiamo verso sud, dove si trova il borgo di Stagnali, unico centro abitato dell'isola, distante poco più di tre chilometri e sede di un museo geomorfologico e naturalistico. Qui si trovano le ultime possibilità di ristoro, grazie a un paio di bar normalmente aperti anche fuori stagione. Il borgo si trova all'interno di un'insenatura la cui profondità varia dal mezzo metro ai tre metri ed è costituita da sabbia, roccia e vaste praterie di Posidonia. La baia è particolarmente "gettonata" in quanto si trova a ridosso dai venti prevalenti.

Proseguendo il cammino lungo il percorso asfaltato, che più avanti diventa strada bianca, non possiamo che ammirare a bocca aperta gli splendidi paesaggi nei quali ben si mescolano i colori della vegetazione, della roccia, del mare e delle barche a vela, che qui trovano le condizioni ideali per navigare, in compagnia di gabbiani e cormorani.

A circa tre chilometri a sud di Stagnali giungiamo a Cala Andreani, nota ai turisti come Spiaggia del Relitto, perché per lungo tempo qui si sono potuti osservare i resti del motoveliero Trebbo a bordo del quale nel 1955, mentre navigava da Savona a Cagliari con un carico di carbonfossile,

si sviluppò un potente incendio. L'equipaggio fu tratto in salvo da una nave di passaggio e curato dai medici della Marina Militare presenti a La Maddalena. Il battello, invece, verificata l'impossibilità di recupero per avverse condizioni meteomarine, fu fatto arenare, ancora in fiamme, sui bassi fondali di Cala Andreani, dove poi è rimasto. Ormai l'azione delle onde e del vento non hanno lasciato quasi più nulla dello sfortunato battello, passato tuttavia alla storia perché arenatosi su una delle spiagge più belle dell'isola, la cui sabbia bianca e finissima richiama ogni anno migliaia di turisti. Il luogo è perfetto per una sosta rigeneratrice e un bel bagno ristoratore.

A meno di un chilometro da Cala Andreani verso sud si trova la vecchia postazione militare di Punta Rossa, una batteria di cannoni e stazione torpediniere ormai dismesse dalla Marina, costruita nel punto più meridionale dell'isola, a guardia dell'ingresso sud della baia. Dall'osservatorio, posto nel punto più alto della fortificazione, è possibile godere di un panorama unico e abbracciare un vasto tratto di mare, che si estende fino alla Costa Smeralda. L'area a est di Punta Rossa è oggi zona marina di riserva integrale, a tutela del patrimonio ambientale locale. La batteria militare, che aveva due impressionanti cannoni da 343 mm, alcuni pezzi da 152, da 120 e da 75 mm, è perfettamente mimetizzata nell'ambiente circostante che, al tramonto, si dipinge di uno splendido colore rosso, grazie anche alla particolarità cromatica delle rocce locali.

Il rientro avviene lungo lo stesso percorso dell'andata. In meno di quattro chilometri si raggiungono nuovamente i punti di ristoro e, volendo, la fermata dei mezzi pubblici (verificare prima della partenza gli orari) per il rientro a La Maddalena. Si tratta di un'escursione che lascia profondamente soddisfatti e che fa comprendere come qui la tutela ambientale non sia solo una mera dichiarazione di intenti ma un esercizio in grado di conservare in maniera coerente anche la storia e la cultura di questi splendidi luoghi.

text Renato Scarfi

**ph Renato Scarfi, Daniele Diana, Renzo Nonne,
Marco Amadasi**

La Maddalena e Santo Stefano viste dal Forte Arbuticci. Sullo sfondo le montagne galluresi.

