IL CAMMINO DI SANT'ANTIOCO NEL SULCIS

il Cammino di santu Jacu-Santiago in Sardegna è stato pensato e tracciato con partenza da sant'Antioco, patrono di Sardegna, "il moro santo venuto dal mare", per arrivare a Cagliari e poi percorrere l'Asse Centrale fino a Porto Torres per l'imbarco verso Barcellona, il Cammino Catalano-Aragonese fino a Logroño ed il Cammino Francés fino a Santiago di Compostela.
Sulki, isola del sud-ovest della grande isola Sardegna, da sempre è un punto di approdo per la navigazione nel Mar Mediterraneo per rifornire gli equipaggi. Ma anche il porto da cui venivano esportate le ricchezze minerarie ed alimentari di questa terra, sfruttate nei secoli da coloni e occupanti diversi, che hanno lasciato la loro impronta, prima e dopo l'avvento del Cristianesimo. A volte spopolata per gli attacchi dei pirati barbareschi, a volte colonia penale per i condannati cristiani delle terre maghrebine e del sud d'Italia, su cui spicca proprio qui il santo venuto dal mare, Antioco, che darà il nome all'isola.

Il suo culto rimane nei secoli ed il ritrovamento delle sue reliquie nel Medioevo lo perpetuerà fino ad oggi, malgrado varie liti ormai decadute.
Il legame storico con Santiago di Compostella è testimoniato dalle tavole del 1466 ed è per questo che il nostro Cammino inizia qui, alla Basilica di sant'Antioco.
Un itinerario che, per il momento, si limita al territorio nell'isola dei due comuni, il capoluogo e Calasetta, propaggine di Carloforte dal tipico dialetto genovese.
Si pensa di prolungare l'itinerario specifico al percorso storico del pellegrinaggio annuale tra Iglesias e sant'Antioco.
Abbiamo operato negli ultimi 12 anni in modo volontario ed aperto il cammino alla percorrenza a piedi, in bici ed a cavallo. Buon cammino!

COME ARRIVARE
Noi consigliamo di prendere il bus giornaliero delle 10.15 o il feriale delle 13.05 direzione Calasetta (fermata Piazza Repubblica a Sant'Antioco) o il treno da piazza Matteotti a Cagliari (o direttamente in aeroporto a Elmas) per Carbonia Serbariu e poi il bus per sant'Antioco.
NOTE e ABBREVIAZIONI: dx destra; sx sinistra; dev deviazione; var variante; SS strada statale; SP strada provinciale; AC accoglienza (spesso a donativo, offerta libera); AJ ostello; B&B bed and breakfast; AG agriturismo; OT ufficio del turismo; MP mezza pensione; BR bar ristorante; HR hotel ristorante. NB: il cammino é segnato con frecce gialle direzionali fuori dai paesi ed adesivi blu con conchiglia e freccia stilizzati in giallo nei centri urbani. Le X indicano direzioni da non prendere. Quando non ci sono indicazioni, bisogna continuare dritto.

Il cammino locale tocca i punti più importanti dell'isola (circa 68 km che si possono dividere in quattro tappe). Wikiloc | Percorso Cammino di Sant'Antioco TUTTO

Note per il Cammino di Sant'Antioco nel Sulcis

L'ORGANIZZAZIONE
REFERENTI: Le nostre referenti, Marinella Serrenti (3407625172) e Marina Scibilia (3925132245), p/o l'Isola dell'Ottica, via Roma 26, possono informarvi del percorso. Credenziali, magliette e Testimonium disponibili.
Magliette del Cammino di Santu Jacu: si possono acquistare presso l'Isola dell'Ottica di Marina Scibilia, a 10 €
-Alloggi convenzionati per i pellegrini.
AC possibile dalla nostra referente, Marina Scibilia 3925132245 p/o l'isola dell'ottica, vicino all'Infopoint/ B&B convenzionato il Nido di Francesco Lai e Simona Gatti, pellegrini di Santiago a 25€ tel 3497301923 via nazionale 110/ Posto letto con colazione a buffet a 20€ al Muma Hostel, convenzionato, tel 3911377062/ 0781840070, lungomare Colombo 25/ B&b Serrenti Marinella, 0781840901- 3407625172/
Altri alloggi: fuori dall'alta stagione, prezzi abbordabili.
Tappa Maladroxia: per il momento nessuna convenzione e alloggi in strutture ricettive del posto spesso aperte solo per l'alta stagione, e con prezzi non da pellegrini.
Tappa Calasapone: nessuna struttura convenzionata con il Cammino, ma c'è un camping a prezzo basso per piazzola tenda tipo igloo, e case vacanze nei dintorni che, secondo la stagione, sono più costose di qualunque sistemazione convenzionata, ovviamente.
In caso di difficoltà, per alloggi, logistica o per informazioni sul percorso, chiamare Marina Scibilia Tel. 3925132245

IL PERCORSO

-Segnaletica: il cammino è segnato con frecce gialle pitturate manualmente (in genere su rocce, per terra, su muretti, cartelli) e in alcuni punti con i segnavia adesivi direzionali del Cammino di Santu Jacu (su pali, cartelli metallici).

Non sempre per la conformazione del territorio e/o della vegetazione è stato possibile mettere una freccia nell'esatto punto della svolta, quindi osservare prima e dopo i bivi per assicurarsi di imboccare il cammino corretto. Le frecce ricurve o angolate a volte non indicano di girare immediatamente (infatti sul punto non troverete alcun sentiero) ma sono state messe in anticipo rispetto a un bivio in cui era impossibile segnalare. In alcuni casi nel sentiero sbagliato abbiamo messo una X, per farvi tornare indietro in caso lo abbiate imboccato, magari perché poteva sembrare il principale.

In alcune zone con fondo prevalentemente sabbioso e poche rocce, si cammina facilmente seguendo istintivamente i sentieri a vista, ci saranno solo dei "richiami" con dei "bolli" circa rotondeggianti gialli, per non imbrattare la scogliera, o la natura in genere.
NB Nella parte da Calasetta a sant'Antioco vi sono anche frecce bidirezionali perché il cammino corrisponde con il Cammino di Santu Jacu, che si può fare nelle due direzioni. Quello di Sant'Antioco è quello in senso orario e non sbaglieremo. A volte, e solo in questo tratto, abbiamo segnato anche con "S.A." per le frecce in senso orario.
Sarà MOLTO UTILE avere sottomano i descrittivi, cartacei o digitali, per ogni dubbio; sono accurati.

-Le varianti chiamate AVVENTUROSE non sono segnate con frecce (tranne quella del bosco, la prima V.A. della prima tappa) sono solo spiegate sul descrittivo. Se vi sembra difficile tornate sul cammino standard.
Le tappe sono di 18km, 18km e 29km , eventualmente l'ultima si può suddividere in circa 17km + 12km, fermandosi a dormire nel borgo di Calasetta, dove ci sono molte possibilità.
Il dislivello positivo delle tre tappe è di 400m+, 450m+ e 250m+, la tappa finale è di fatto lunga ma meno difficoltosa.
Soprattutto le prime due tappe sono composte da sentieri più o meno impervi o accidentati, il dislivello complessivamente non è molto, ma non sempre i sentieri sono morbidi, invece nella terza tappa ci sono anche diverse parti in asfalto, per cui è difficile stimare un tempo di percorrenza medio con le normali metodologie adottate per l'escursionismo.
Nella stagione calda ci si può impiegare di più perché si perderà senz'altro un po' di tempo per qualche bagno, o per una birra in un chiosco, ma non sarà tempo perso.
Comunque, sono fattibili in una giornata in tutte le stagioni, adattando la partenza secondo le ore di luce.

-Stagione consigliata: tutto l'anno.
Nelle stagioni più fresche si cammina più agevolmente, anche se può essere che si trovino tratti con fango argilloso, appiccicoso, ma non ci sono punti critici con guadi insormontabili.
Nella stagione calda (da metà maggio fino ad ottobre) si può patire l'alta temperatura, ma si può fare il bagno.
Portare in tutte le stagioni acqua e viveri sufficienti. In alta stagione (giugno-settembre) avremo sì il caldo ma avremo anche più facilità a reperire alloggi (altrimenti chiusi) e soprattutto acqua e ristori vari, nelle località balneari di Maladroxia, Coa Cuaddus, Calasapone e Calalunga. E' importante perché non vi sono sorgenti o fontane sul cammino.

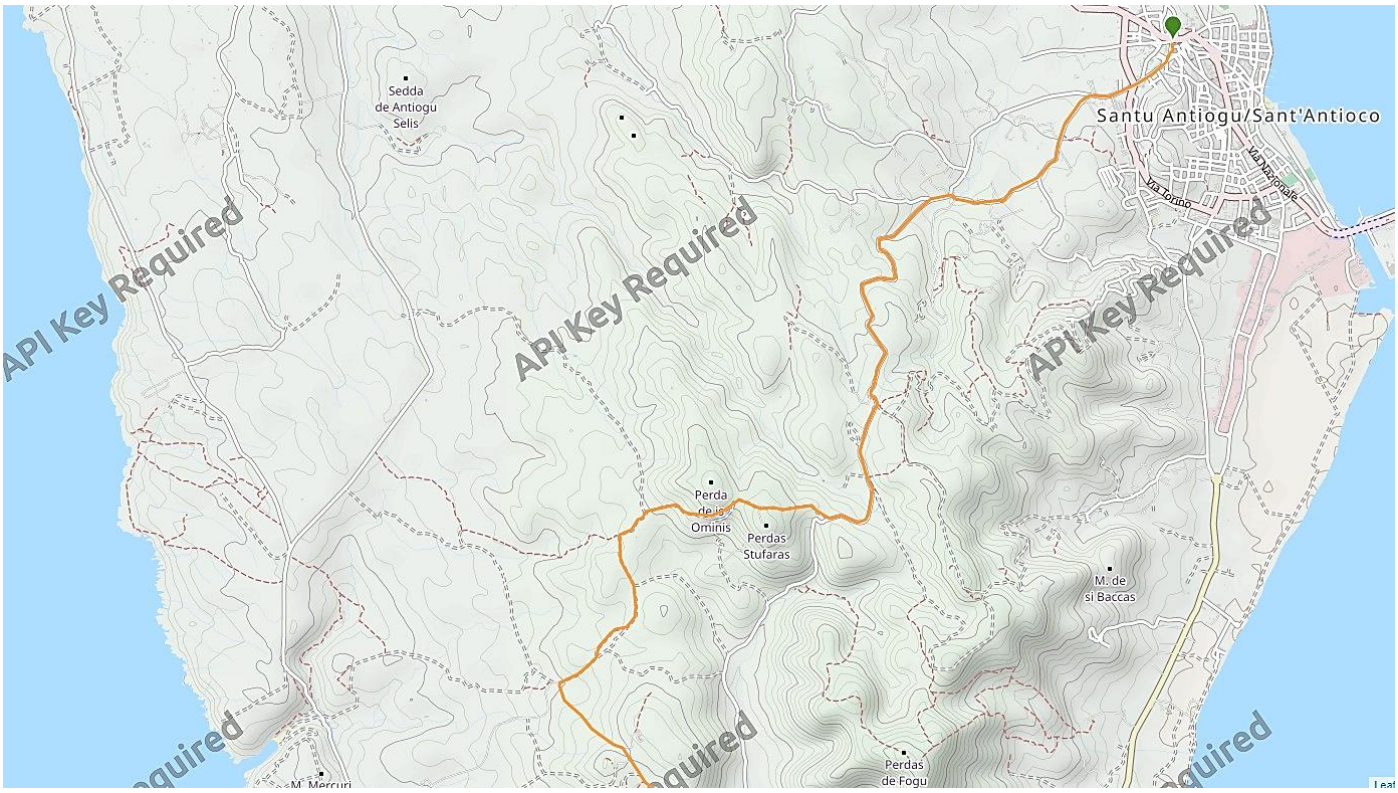
LA STORIA: Territorio piuttosto accidentato, le colline raggiungono i 250m di altitudine, arrivando fino al litorale con coste alte e frastagliate, poche spiagge. Dispone di porto turistico e di porto commerciale. La città fu fondata dai Fenici e proseguì nei successivi periodi punico e romano. Dopo la conquista bizantina il suo sistema fortificato fu rafforzato con la costruzione del Castrum. A partire dal secolo VIII la città cominciò a essere gravemente danneggiata dalle incursioni degli Arabi e andò spopolandosi e decadendo e nel corso del secolo XII la sede della diocesi fu spostata nella più sicura Tratalias. La città fu abbandonata e il territorio divenne proprietà del vescovo di Iglesias che mantenne viva la memoria del culto per il santo di cui si celebrava annualmente la ricorrenza. Era però una presenza precaria a causa delle incursioni dei corsari nordafricani, che ne fecero pure una loro base. Nel corso della seconda metà del secolo XVI furono costruite le prime torri costiere di difesa e di avvistamento e il territorio riprese a essere frequentato stabilmente. Agli inizi del Seicento, poi, la campagna di scavi promossa dall'arcivescovo di Cagliari alla ricerca delle reliquie del santo sembrò richiamare in vita l'antico sito. Sorsero cosi i primi medaus e boddeus, mentre si andava costituendo un nuovo nucleo abitato attorno all'antica chiesa. Nel 1758 l'isola fu ceduta all'ordine dei Santi Maurizio e Lazzaro che vi istituì una commenda. Il territorio fu diviso in due parti, quella di maggiore estensione al centro si sviluppò rapidamente nell'area della vecchia città attorno alla chiesa; quella di minore estensione alla nascente colonia tabarchina di Cala di Setta. Nel 1848 entrò a far parte della divisione amministrativa di Cagliari e dal 1859 dell'omonima provincia. Nel corso dell'Ottocento l'importanza economica di S.A. andò crescendo con lo sviluppo dell'attività mineraria; nel

1936 fu costruito il porto per l'imbarco dei prodotti minerari. Dopo la fine della seconda guerra mondiale, con la progressiva chiusura delle miniere, il porto decadde per lo sviluppo dell'agglomerato industriale di Portovesme. Negli ultimi decenni la sua economia ha ripreso a crescere grazie all'agricoltura e viticoltura, ma soprattutto al turismo. Il territorio conserva testimonianze della presenza dell'uomo a partire dal periodo prenuragico con le domus de janas di Pruinis, un complesso di tombe a camera scavate nel calcare, e Grutti `e Acqua, riconducibile alla cultura di Ozieri. Al periodo nuragico appartengono i resti di un villaggio nuragico e di un nuraghe posti nell'attuale centro abitato, non lontano dalla fortezza settecentesca. Le testimonianze archeologiche del periodo fenicio-punico sono quelle di Sulci, la città fondata dai Fenici tra il secolo IX a.C. e l'VIII a.C. In seguito, con l'insediamento dei Cartaginesi, la città divenne porto per l'imbarco del piombo estratto nell'Iglesiente. Fu congiunta alla terraferma da un istmo lungo 3km con colmate di materiali tra alcune isolette di carattere alluvionale, fortificata, e durante le guerre puniche assolse un importante ruolo militare. L'attuale centro abitato si stende su parte dell'antica Sulci, di cui rimane la necropoli, a poca distanza dalla basilica a nord del centro abitato, con tombe puniche, tra cui una con arcosolio dipinto risalente ai secoli II-III d.C.; in alcune é stato conservato il corredo così` come é stato trovato durante gli scavi archeologici. A nord della necropoli si trova il tofet, sito sacro in cui avvenivano i sacrifici dei primogeniti alla dea Tanit, usanza diffusa tra i Punici, in un ampio spazio circondato da spuntoni di roccia al quale si accede per una via sacra che la processione notturna percorreva nei giorni del sacrificio (rito del molk). Oltre all'altare, gli scavi hanno rivelato la presenza di decine e decine di piccole stele, di piccole urne e un cumulo di ceneri e di ossa che documentano il culto (le ceneri conservate nel tofet appartengono a bambini morti di morte naturale: l'incinerazione assolveva una funzione rituale e propiziatoria). Passata ai Romani, fu completato il collegamento alla terraferma con la costruzione di un ponte a due arcate che scavalca l'ultimo braccio di mare. La città nel secolo I d.C. fu eretta a municipium e, a partire dalla tarda antichità, fu sede della diocesi di Sulci e del nascente culto per Sant'Antioco. Oltre al ponte risalgono a questo periodo i resti della strada di collegamento con la Sardegna, le tombe e la fonte di Is Solus nel cuore dell'attuale centro urbano.
Nei secoli del tardo Impero romano e dopo la conquista bizantina rimangono la basilica, il martyrium e le catacombe. La basilica fu la sede dei vescovi di Sulci fino al trasferimento della diocesi a Tratalias; fu costruita in epoche differenti e la sua struttura é di difficile lettura cronologica, in assenza di adeguata documentazione. Consta di un corpo centrale cupolato che nel complesso fa pensare alla basilica di San Saturnino di Cagliari ed é riconducibile al secolo VI. Attorno a questo corpo si sviluppò tra i secoli IX-X, un edificio a croce libera con un'aula a tre navate con volte a botte che inglobò un antico martyrium. Quando poi l'edificio, nel corso del secolo XI, fu consegnato ai Vittorini, venne ristrutturato in forme romaniche di cui rimangono alcuni elementi; infine agli inizi del secolo XVII, nel fervore per il ritrovamento del corpo del santo verificatosi nel 1615, l'edificio fu ampliato e la facciata assunse l'attuale configurazione. Nel sottosuolo della chiesa restano ancora le catacombe risalenti all'epoca della più antica diffusione del Cristianesimo nell'isola; sono visitabili solo in piccola parte e contengono tracce di pitture, di iscrizioni e conservano il luogo dove Sant'Antioco avrebbe trascorso molti anni. Altri edifici di periodi più recenti sono il Monte granatico e il Museo archeologico. Quando furono avviati gli scavi archeologici fu formato un primo Antiquarium ospitato in via Castello in due salette nelle quali vennero esposte le collezioni più interessanti. Il Museo mostra all'ingresso i due grandi leoni in tufo che stavano un tempo all'ingresso della città; il percorso espositivo comprende 8000 dei 15 000 reperti posseduti dall'istituzione, una documentazione di grande rilievo per la città e per la civiltà fenicio-punica in generale. Nella parte alta dell'abitato si trova il complesso della fortezza, insieme di ruderi di grande importanza per la storia della città. Nella posizione più dominante sorge la fortezza vera e propria, edificio costruito nel secolo XVIII per difendere il villaggio dalle incursioni dei barbareschi. A poca distanza, in posizione meno elevata, nell'area dove sorgeva l'Antiquarium, sono emersi i resti delle fortificazioni nord-occidentali dell'antica Sulci e di un edificio a portici costruito in età tardo repubblicana su un precedente edificio punico. Fuori dall'abitato si trova la torre di Cannai, costruita nel 1746 a più di 10 km (un edificio di forma troncoconica a due piani in ottimo stato di conservazione. Al suo interno sono due ambienti a

cupola comunicanti con una scaletta interna). La torre era munita di un adeguato numero di pezzi di artiglieria e servita da una guarnigione di soldati e di artiglieri.
FESTE E TRADIZIONI POPOLARI: La manifestazione che meglio riassume in sé le tradizioni dell'antico centro è la festa di Sant'Antioco. Le celebrazioni in onore del santo martire, che si svolgono quindici giorni dopo Pasqua, sembrerebbero risalire al 1519 e hanno importanza non solo per il Sulcis, ma per l'intera Sardegna di cui é il patrono. A contorno della processione si svolge un nutrito programma di balli e canti sardi, con una gara poetica. Altra festa è quella in onore della Madonna di Bonaria, che si svolge nella prima domenica di settembre.

IL TRACCIATO del CAMMINO di SANT'ANTIOCO (68km)

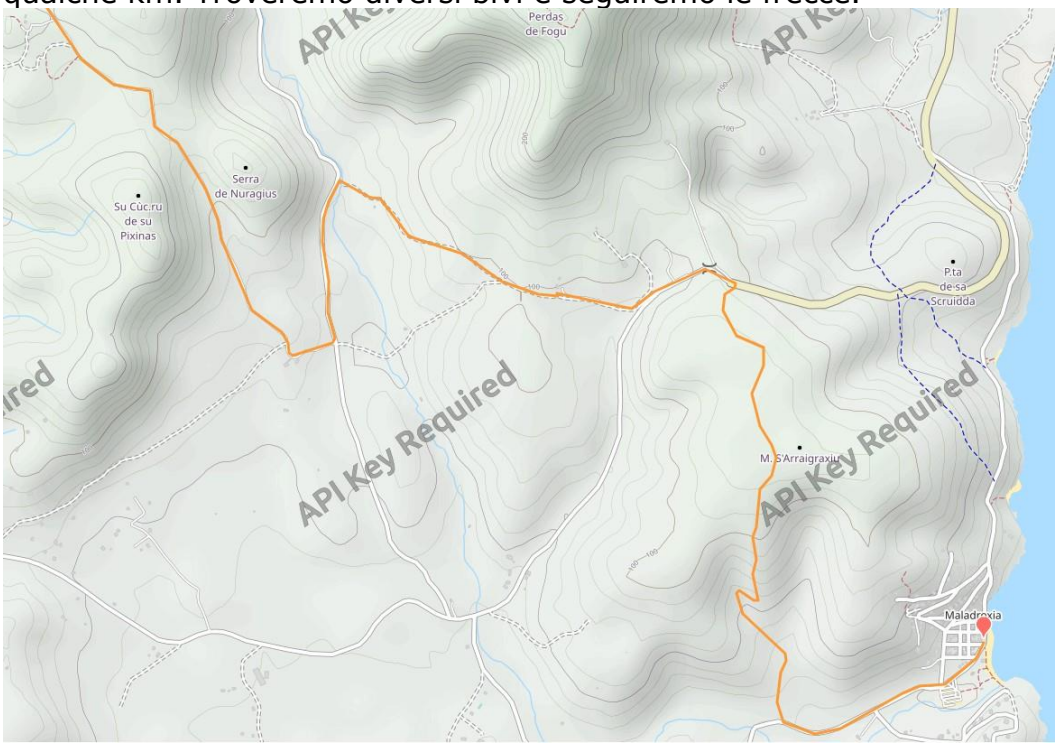
***Tappa Sant'Antioco-Maladroxia (circa 17,5 Km)**
Wikiloc | Percorso 1a tappa Cammino di Sant'Antioco
1- SANT'ANTIOCO – MALADROXIA



Si parte dalla Basilica, in cui sono custodite le reliquie del Santo. Dando le spalle alla facciata della Chiesa, si procede a sx verso un vicolo stretto che è l'inizio di Via Manno, che poi si allarga e piega verso dx. Procedendo su questa via si arriva a una piccola rotonda e nelle vicinanze uno spartitraffico con una scultura in pietra, e si continua dritto, in Via Trilussa. Qui ha inizio una lunga strada asfaltata che conduce presto fuori dal paese verso la campagna, poco trafficata e piacevole da percorrere.
A circa 200 metri dallo spartitraffico con la scultura, si trova una freccia a sx segnata come **A** (di accoglienza), che immette in una sterrata carrozzabile e dopo circa trecento metri andremo ancora a dx, sempre seguendo la **A**. Qui, su questo breve tratto campagnolo si trova la casa vacanze convenzionata (se libera) per i pellegrini, di Marinella, volontaria dell'Associazione (tel. 3407625172).
Procedendo ulteriormente sullo stradello sterrato che passa vicino alla casa di Marinella, il sentiero si biforca e noi procediamo sul percorso principale, in discesa, ignorando il sentiero alla nostra dx che si addentra quasi in direzione opposta. Dopo circa 200m siamo sull'asfalto che prendiamo verso sx, e che corrisponde con quella che avevamo lasciato alla prima deviazione.
NB: se non dobbiamo pernottare da Marinella, alla prima **A** andiamo dritti per circa 5 km, ignorando la deviazione della sterrata.

---Variante per amanti dell'avventura (allunga un po' solo perché un po' più lenta da percorrere). Consigliata ai più esperti e a chi fa il cammino in periodo con più ore di luce : passando dalla sterrata verso la casa di Marinella, poco prima di sbucare sull'asfalto, sulla sx troviamo una invitante stradina cementata prima e poi sterrata, indicata con freccia gialla e VA (variante avventurosa), che dopo meno di un km sembra finire, ma in realtà si può proseguire, in fondo, verso dx e poi subito verso sx, per un vero sentiero per capre, ma leggibile fra la macchia, con vari saliscendi, a volte un po' sdrucciolevoli, soprattutto nella prima parte quando inizia la salita. Ignorare l'unica possibile svolta a sx, che secondo i periodi dell'anno non si vede nemmeno perché la vegetazione la ostruisce, e procedere seguendo il sentiero in salita a dx. Dopo svariati saliscendi, il single track si immette in un vero bosco di macchia mediterranea, un bosco incantato, ombroso e umido, che si percorre seguendo frecce e punti gialli fino a sbucare di nuovo sulla strada asfaltata di prima, e seguendo la freccia svoltiamo ancora a sx, per procedere sull'asfalto ancora per circa 1,5km. ---

Qui possiamo procedere serenamente per 3km per poi svoltare a dx, su una stradina sterrata, con alcune parti cementate, laddove la pendenza si fa più difficoltosa. Dopo poche centinaia di metri, dove a lato del sentiero si alza un piccolo versante collinare che ci preclude la vista verso l'Isola di San Pietro (che avevamo fino a poco prima), in corrispondenza di un mucchio di ghiaia sul lato dx dello stradello, si possono vedere in alto due grandi rocce modellate dal vento, note come "Sa Perda 'e s'Omini", raggiungibili in cinque minuti seguendo a naso una rete di sentierini abbozzati sulla macchia bassa. E' una breve divagazione che può piacere, senza allungare molto.
Una volta tornati sul sentiero principale, proseguiamo seguendo le frecce gialle ancora per qualche km. Troveremo diversi bivi e seguiremo le frecce.



Arriveremo quindi a un incrocio di sentieri e dovremo ancora svoltare a sx, su una pista sterrata ampia e carrozzabile, che prende a salire per un po', fino al piazzale dell'area archeologica del Nuraghe Corongiu Murvonis (area non presidiata e interessante per una deviazione "avventurosa" di mezzora circa, e anche ottimo posto per una sosta sulle rocce piatte con una vista bellissima verso la costa ovest, e non solo).
NB: Tenete conto che qui siamo oltre metà percorso.
Torneremo poi sulla pista ampia che seguiamo senza deviare fino a raggiungere, dopo una lunga discesa, un ovile e poi la strada, stretta e con asfalto molto consumato. Qui, prendiamo a sx, e dopo 2-300m seguiamo le frecce a dx, attraversando un piccolo guado quasi sempre in secca, entrando in un sentiero ombreggiato, che salendo gradualmente ci porterà, passato un agriturismo, alla strada provinciale, della quale si devono percorrere, verso sx, solo 200m.

Poi svoltiamo a dx in salita e siamo di nuovo su un sentiero.
Procediamo su questo sentiero stretto salendo e poi per un bel tratto in discesa fino alla strada asfaltata che va, girando a sx, alla Spiaggia di Maladroxia. Lungo il sentiero nella parte in discesa ci potrebbe sembrare di procedere in direzione opposta alla strada asfaltata che avremo intravisto, ma il sentiero è giusto!
Il cammino prosegue, per la seconda tappa, all'inizio della Via Cala Bianca, mentre procedendo dritto andremo fino alla bella spiaggia (frecce M di MARE)

- ➔ *---Variante stradale per chi è stanco, o per chi vuole vedere anche altre due calette: dopo l'agriturismo, sbucati sulla strada asfaltata, invece di prendere a dx sul sentiero di cui sopra, si procede lungo la provinciale in discesa per 10' fino a un altro sentiero (si riconosce per la freccia gialla con VM- variante mare), che rapidamente ci farà raggiungere la spiaggia di Su Portixeddu. Da lì si prende a dx su asfalto e dopo un affaccio veloce a Su Portixeddu Acuau (detto anche "le vasche") si raggiunge il borgo marino di Maladroxia, con l'omonima spiaggia, nota per le acque termali sottomarine sul lato sx dell'arenile. ---*

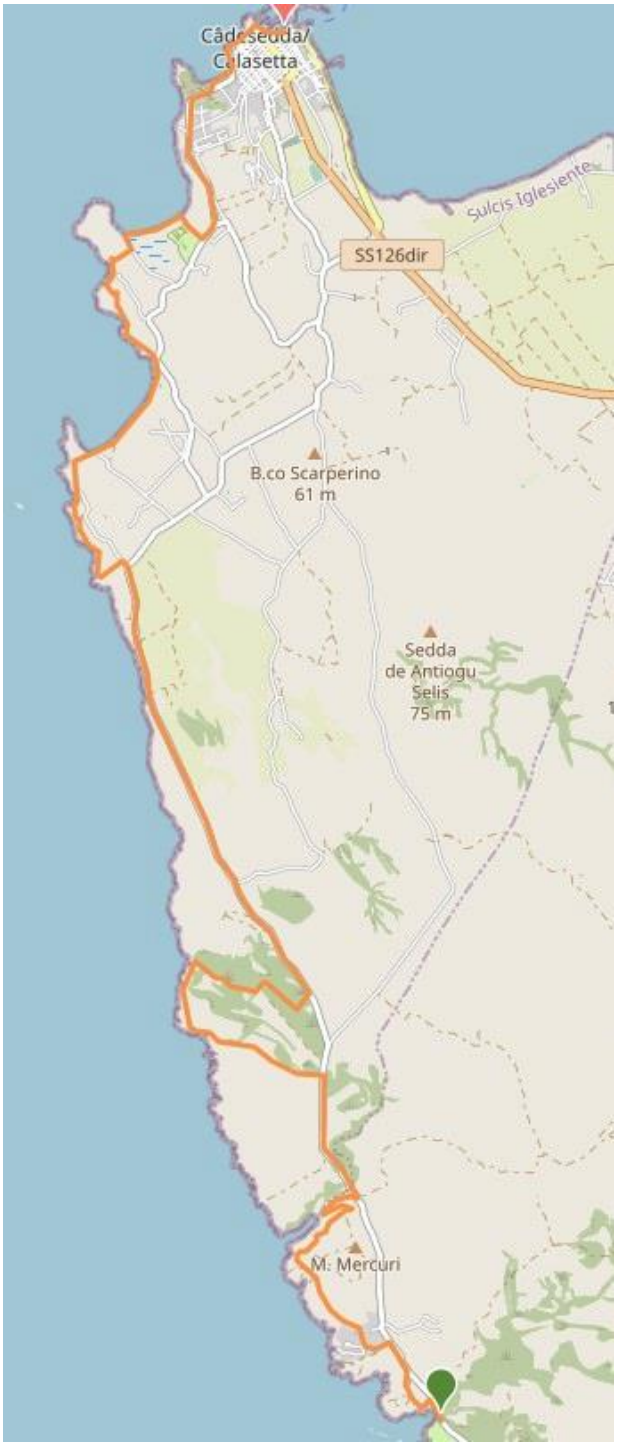
<u>*Tappa Maladroxia- Calasapone (circa 18,4 km)</u>
Wikiloc | Percorso 2a tappa Cammino di Sant'Antioco
2- MALADROXIA – CALASAPONE

La spiaggia di Maladroxia in alta stagione offre molti servizi, e da qualche anno ha ottenuto la Bandiera Blu.
Per riprendere il nostro cammino, dobbiamo tornare indietro dalla spiaggia e, dopo 100 m dal parcheggio, svoltare a sx su Via Cala Bianca (pista sterrata), che sale accanto alle villette del versante destro della baia, per giungere all'imbocco del sentiero "istituzionale" Serra Is tres Portus. Su questo sentiero dobbiamo proseguire sempre dritti, ignorando le due svolte a dx che allungano solo, essendo l'imbocco e l'uscita di un'ansa del sentiero stesso.
Si giunge dopo circa 1,5 km nella valle successiva, quella della bellissima doppia spiaggia di Coa Cuaddus, e svoltando a sx sull'asfalto, saremo vicino all'arenile. Anche qui, nella stagione balneare troviamo punti ristoro e servizi, e per il 2022 è stata riconosciuta la Bandiera Blu.
Possiamo scegliere di camminare sulla spiaggia, anche se non sempre si riesce a "guadare" verso la seconda, e quindi saremo costretti a risalire e poi eventualmente riscendere in spiaggia. Alla fine della seconda spiaggia, c'è un piccolo sentiero ripido che riporta alla strada, dove svoltiamo a sx; oppure di continuare sull'asfalto, godendo di un bellissimo panorama.
.

---*Variante avventurosa: dopo essere sbucati sull'asfalto, dopo circa 150/200m si può accedere in modo "istintivo" a dei sentierini a volte solo accennati verso la costa, per poi camminare quasi lungo la riva, fino a raggiungere sulla scogliera una bella piccola spiaggetta di ciottoli e poi la bella Torre Canai, risalente al 1757. Qui si presenta, per chi azzarda il salto del muretto, un sentiero che la circonda e permette scorci mozzafiato. Da qui, seguendo lo sterrato usato dalle auto (in estate è un parcheggio), si raggiunge la spiaggia principale di Turri, solitamente in ciottoli. ---*

Raggiungeremo su asfalto la sterrata per la Torre Canai e la spiaggia di Turri. Troverete anche frecce gialle che indicano di continuare sull'asfalto, per chi non è interessato al seguente passaggio su sentieri e alle spiagge di Turri.
Si consiglia però di girare sulla sterrata per la Torre Canai, dove dopo le villette si svolta a dx seguendo lo sterrato/parcheggio appena accennato, per raggiungere la spiaggia di Turri. Si risale verso dx per un sentierino panoramico, che si affaccia dall'alto verso la spiaggia successiva, raggiungendo così di nuovo la strada asfaltata che avevamo lasciato.
Proseguiamo a sx ancora per un tratto, fino a trovare la freccia gialla a sx che immette su un sentiero. Da qui, superiamo un bel promontorio verde con alcuni scorci su calette nascoste e poco frequentate. Proseguendo sul sentiero che costeggia il mare, pur allontanandosene un pochino (ignorare deviazioni a dx), arriveremo a una riva ciottolosa (con la pineta del residence Peonia Rosa alle sue spalle), da cui risale un sentiero in cemento, da seguire sempre ignorando le deviazioni cementate a dx, a meno che non vogliate ristorarvi all'ombra della bella pineta, prima di proseguire. Seguendo attentamente le frecce svolteremo due volte a sx, percorrendo sempre la costa fino a raggiungere la spiaggia di S'Acqu'e sa Canna, con il sentiero sul retro che arriva alla strada asfaltata.
Ci troviamo in località Capo Sperone. Svoltiamo a sx, lungo una bella recinzione recente, e alla fine la strada si trasforma in sentiero sconnesso e sale costeggiando un vecchio residence dismesso. In alto a dx possiamo ammirare a distanza il bel rudere del Semaforo della Marina. Ci immettiamo in un sentiero che gira a dx e segue la costa, per un su e giù di meravigliosi scorci di scogliera (fare attenzione!), finché avvistiamo in lontananza la Grotta delle Sirene, nella baia di Portu Sciusciau. Qui siamo circa a metà percorso della tappa.
Una volta arrivati a vedere la baia da vicino (ignorando lo svincolo a dx indicato da una freccia), torniamo indietro per riprendere a seguire le frecce e pian piano risalire sulla collina di sx fino ad un bel sentiero aperto per la Zona archeologica di Grutti Acqua. Qui, all'altezza di una grossa palma nana (al momento invade un po' l'accesso, ma il sentiero è visibile e c'è la freccia) svolteremo a dx per salire al laghetto Nuragico e poi riscendere (vi è un punto in cui ci può essere un "tappo vegetale" all'altezza del passaggio segnalato dalla freccia: abbassarsi e procedere) per tornare sul sentiero tra da muri a secco che arriva ad un rudere utilizzato come ovile. Qui dovremo, se chiuso, aprire e richiudere il rudimentale "cancello di rete", o lasciare aperto se lo troviamo aperto. È buona norma seguire questa accortezza perché circola del bestiame e, se è aperto deve restare aperto, e viceversa.

Per chi non è interessato a salire al laghetto, si può proseguire dritto, invece di svoltare all'altezza della palma nana, e raggiungere semplicemente l'ovile.
Una volta usciti dall'ovile, siamo su una larga sterrata e andiamo a sx, fino a passare vicino a Sa Corona de su Crabì, un grande costone di rocce piene di piccole grotte, perpendicolare alla costa, che offre un eventuale ottimo riparo all'ombra per una sosta, negli anfratti rocciosi che vi si sono formati col tempo, grazie all'azione del vento e delle intemperie.
Adiacente al costone, si trova la bella Tomba dei Giganti Su Niu de su Crobu.
Proseguendo sulla sterrata, dopo poco svoltiamo a sx sul sentiero che scende sulla costa verso la parte alta della Baia Mezzaluna, per proseguire lungo la costa rocciosa in direzione di Is Praneddas con il suo Arco dei baci e la piscina naturale. Dopo questo panorama si lascia la parte bassa della scogliera per risalire più in alto e si prosegue su una sorta di altopiano fino a Portu su Casu. Raggiungiamo la sterrata, dove svoltiamo a sx e proseguiamo fino alla strada asfaltata per Calasapone, altra bellissima spiaggia circondata da scogliere piatte, comode per i bagnanti, e con servizi e ristori, in alta stagione.
***Tappa Calasapone- Calasetta (19 Km circa):**
Wikiloc | Percorso 3a tappa 1 Cammino di Sant'Antioco
3- CALASAPONE – CALASETTA



Da Calasapone si procede fino alla fine della spiaggia sulla strada, per poi svoltare a sx su un viottolo di accesso alla stessa, e poi salire a dx sulla scarpata, cosa che ci permette di percorrere sentieri invece che asfalto. Questi sentieri risultano a un certo punto quasi correre parallelamente alla strada ed ai parcheggi, e troveremo anche l'accesso alla bella Cala della Signora; volendo, può valere la pena di scendere per un bagno o una foto.
Si arriva così al bivio a sx per il residence I Ciclopi, e seguiamo l'asfalto fino al suo ingresso con sbarra, dove invece di entrarvi svolteremo a dx, su un sentiero che si snoda nel primo tratto tra questo residence e il giardino di un Hotel, ma che poco dopo si sviluppa su saliscendi lungo la costa, dove seguendo le frecce ignoriamo gli accessi al mare.
Arriviamo così a vedere prima dall'alto Cala Lunga, una bellissima baia a forma di fiordo, incastonata nella profumata macchia mediterranea.
Uscendo dalla valle alluvionale che forma la spiaggia, svoltiamo a sx e proseguiamo su una strada carrabile, che presenta un guado (secco in estate) e poi diventa asfaltata. Dopo una impegnativa e sinuosa salita ci troviamo su una sorta di altopiano, con il mare distante sulla nostra sinistra.
Arriviamo a una pineta e lasciamo la strada per svoltare a sx lungo il sentiero in discesa fino alla scogliera. Qui ci troviamo al Mimoseto, una scogliera affascinante con grotte e una piccola piscina naturale. Il sentiero corre dietro la scogliera su una sorta cengia a mezza costa fino a un punto in cui le frecce vi diranno di andare a dx, allontanandovi di nuovo dalla costa. Si sale di fianco a un rimboschimento a pini, che rimane sulla nostra destra e, prima di un rudere usato come ovile, il sentiero svolta leggermente verso sx e poi subito a dx. È possibile che troviamo un basso "cancello di rete", scavalcabile. È solo per il bestiame e possiamo passare, poi proseguiremo salendo ancora vicino ad altri pini, fino a tornare sulla strada asfaltata dell'altipiano.
Da qui, abbiamo circa 2,5 km sull'asfalto, con panorami mozzafiato sui faraglioni del Nido dei Passeri e sul Faro di Mangiabarche. Poi svoltiamo a sx ancora su asfalto all'altezza di un agglomerato di case di campagna e più avanti ancora a sx verso il mare, sul lastricato che va dove ci si può affacciare sui faraglioni (se soffrite di vertigini accontentatevi della vista di prima!). Da qui, seguiamo i sentieri verso dx, più o meno un sentiero vale l'altro, si procede istintivamente col mare a sx, troverete comunque qualche freccia o segno giallo per conforto.
Infine raggiungiamo la pista per la Tonnara di Spiaggia Grande. All'altezza dei cartelli che indicano la Tonnara entriamo a camminare sull'arenile fino alla fine, per poi seguire i sentieri nella macchia lungo il mare. Troviamo dei segni gialli di conforto fino ad una strada lastricata, che attraversiamo, e procediamo sullo sterrato. Quando finisce si sbuca sulla costa: da qui fare attenzione a seguire i segni gialli per percorrere il retro del litorale tra la macchia e qualche roccia, fino ad entrare, particolare attenzione i segni gialli, in un sentiero molto stretto e ombroso fra gli alberi e qualche villino per sbucare poi su un'altra lastricata, dove svolteremo a sx alla spiaggia della Salina.
NOTA : se vi trovate in una radura tra gli alberi circondata da recinzioni, tornate da dove siete arrivati lì, e poco dopo troverete il sentiero giusto.
Siamo oltre la metà del percorso per Calasetta, dove si può fare tappa.
Anche la spiaggia della Salina è da percorrere fino in fondo, e uscire sulle pedane in legno fino al parcheggio ed alla strada, proseguendo di nuovo verso sx sull'asfalto. Si arriva dopo un altro paio di km al borgo di Calasetta, dove le frecce ci indicano di scendere sulla spiaggia, per poi salire le scalette alla strada, che porta verso la parte più alta del borgo.
Noi svoltiamo al primo livello delle scalette a sx (proseguendo sulle altre scalette si va alla Torre) e dopo la curva panoramica scendiamo verso sx sul belvedere che va al Porto.
Camminiamo sulla banchina del porticciolo fino al Porto dei traghetti;

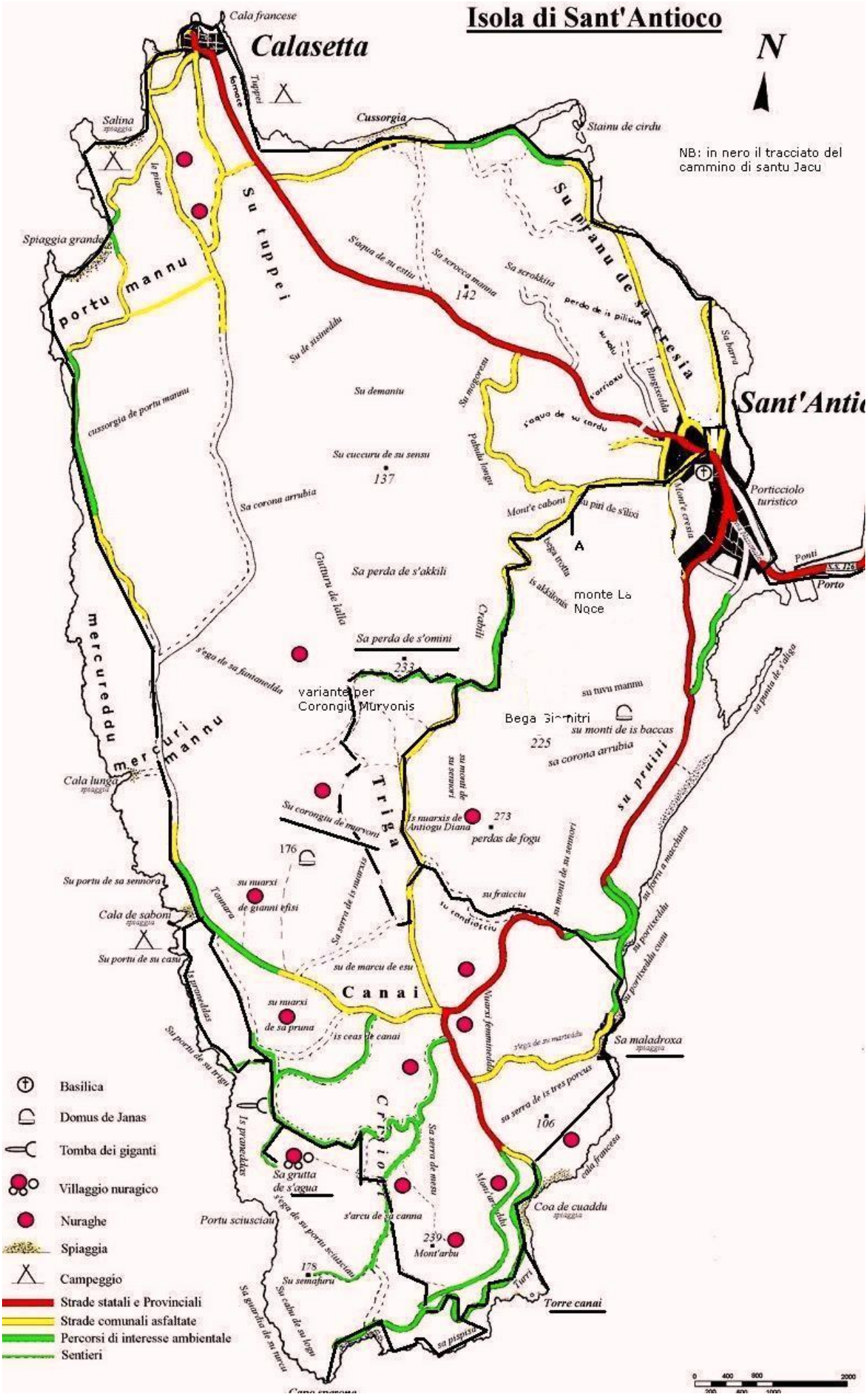
4 tappa: CALASETTA- SANT'ANTIOCO CENTRO km 12
Wikiloc | Percorsi nel mondo

Proseguiamo in direzione nord (dx) sulla strada che costeggia il mare, per circa 1,5 km per girare in un sentiero il cui imbocco è appena visibile (ma indicato da frecce) e ci porta in una zona di campagna e villette vicino al mare. Da qui continuiamo a dx vicino alle villette e poi ci troviamo sulla strada asfaltata, proseguendo a sx. Dopo qualche centinaio di metri svoltiamo in una "strada privata" (il divieto è solo per le auto) di accesso alla spiaggia e lungo la spiaggia continuiamo a camminare a dx fino alla località balneare e borgo di Cussorgia. Riprendiamo la strada asfaltata, e seguiamo le frecce che possono essere bidirezionali (a volte anche in direzione opposta, perché il Cammino di Santu Jacu passa sullo stesso percorso ed è bidirezionale, mentre quello per Sant'Antioco è solo in senso orario). Noi teniamo presente che stiamo andando in senso orario. Lo abbiamo segnato **con S.A.** vicino ad alcune frecce, rispetto **a CSJ,** che utilizziamo su tutto il Cammino di Santu Jacu in Sardegna.

Lungo la strada ci saranno anche delle frecce che ci invitano a prendere a dx su una sterrata, che si ricongiunge però poco più avanti di nuovo con l'asfalto. A voi la scelta. Dopo una curva a "S", troverete una deviazione su un sentiero verso il mare che vi porta sulla tranquilla strada sterrata, nota come "ciclabile", lungo il percorso della vecchia ferrovia da sant'Antioco a Calasetta.

A) possiamo scegliere di proseguire lungo la via ciclabile fino in centro, per una stradina asfaltata che prosegue attraversando Via Insula Plumbaria per diventare Via dei Pini, finita la quale seguiremo a dx la Via Dante Alighieri e poi la grande Via Regina Margherita
B) dalla Via Insula Plumbaria si svolta a dx per salire fino al Museo Archeologico e al Tophet, poi verso il Forte sabaudo ed arrivare alla Basilica di Sant'Antioco Martire, dove avremo chiuso il nostro Cammino!

Isola di Sant'Antioco



NUTRIMENTI PER IL CORPO E PER LO SPIRITO

Biblioteca comunale

Musei

Lungo la Via Regina Margherita è possibile visitare il Museo del Bisso di Chiara Vigo.

Nella Basilica è possibile visitare le catacombe (già antichi ipogei fenicio-punici) dai primi cristiani sardi seguaci del Santo, e la sua Tomba (9h-12h 15h30-17h)

Birrificio

Ristoranti e pizzerie

TESTI:

*S. Antioco da primo evangelizzatore di Sulci a glorioso Protomartire "Patrono della Sardegna" di **Roberto Lai e Marco Massa** - Realizzazione editoriale Edizione Arciere, Sant'Antioco a cura di Roberto Lai e Marco Massa- Con contributi di Maria Giulia Amadasi Guzzo, Antonio Maria Corda, Roberto Coroneo, Elisabetta Curreli, Rossana Martorelli, Alessandra Pasolini. Raccolta iconografica Walter Massidda. Progetto grafico e impaginazione Franco Nieddu Stampa e allestimento Grafiche Ghiani - Monastir (CA)

*__Carlo Pillai__- Il glorioso S. Antioco martire sulcitano e santo sardo- Marchesato di Villasor- © 2006 Comune di Villasor Assessorato alla Cultura Biblioteca Comunale, Seconda edizione: SANTI FESTE TRADIZIONI Giugno 2006

*Prefazione degli Annali a cura del Prof. **Marco Buonocore**
La memoria di Antioco, protomartire patrono della Sardegna, è veicolata dal ben noto titulus cristiano, rinvenuto esattamente il 18 marzo 1615, e l'occasione del quarto centenario di tale inventio offre lo spunto a **Roberto Lai** di intrattenere il lettore di questi Annali con tre contributi di alto spessore documentario, atti a farci meglio comprendere sia la figura del santo sia il momento del recupero delle sue reliquie e nonché della sua iscrizione. Ma tutto il volume è un avvicendarsi di articoli finalizzati alla conoscenza della storia della cristianità sarda: pregevole il lavoro di **Marco Massa**, che ne traccia i principali tempora sulla base di documenti conservati in biblioteche e archivi debitamente interrogati e discussi; ricco di confronti e di intriganti considerazioni è il saggio di Gian Gabriele Cau riservato all'iconografia del protomartire; un'indagine nata dal fortuito quanto fortunato recupero di due tra le più antiche effigi superstiti del santo, seconde solo al S. Antioco del sigillo di piombo dal San Giorgio di Cabras (550-650): una formella longobarda (850-950) e una protome romanica del S. Antioco di Bisarcio (1170-1190); ma l'autore, non pago di questa fatica, affronta con nuove angolazioni lo studio dei tratti iconografici superstiti e dell'iconologia della "fascinosa ed esuberante decorazione scultorea" del prospetto di facciata del S. Antioco di Bisarcio (appena evocato), nella Piana di Ozieri. Degno di segnalazione in questo volume - che ha consentito alla Fondazione Banco di Sardegna (un mecenate d'altri tempi !), al sindaco di Sant'Antioco Mario Corongiu e a tutti coloro che l'hanno seguita con passione e amore, di presentare una pubblicazione di alto spessore in cui contenuto e forma si sposano perfettamente – è anche l'articolo a firma di Walter Massidda e Pier Giorgio Testa sui percorsi delle processioni che raggiungevano il santuario di Sant'Antioco (con inedite documentazioni cartografiche a sostegno). Nel suo contributo di piacevole lettura Nanni Delogu documenta, invece, la venerazione del santo presso Scano Montiferro, riportando antichi gosos, i canti devozionali in lingua sarda che esprimono con vigore la genuina fede popolare.
Assolutamente da tenere in considerazione poi, anche per ulteriori approfondimenti in merito, l'analisi di Marcello Derudas sulle tre Messe annuali in onore del santo - tratte da un Proprium Missarum Regni Sardiniae del 1866 - che ci offre una conoscenza liturgica del culto del martire di Sulci. Il volume si chiude con il contributo di Padre Stefanowski il quale, attraverso

il suo ricordo, ci conduce in terra sarda e ci fa vivere l'emozione da lui provata nell'isola di Sant'Antioco.
Il dettato della memoria iscritta di s. Antioco, tipico della tarda Latinitas, sembra essere una copia esemplata su un testo probabilmente più ampio, il cui significato non dovrebbe creare ormai soverchi problemi ecdotici: "Grazie all'attività di restauro di un ministro risplende l'aula dove riposa nella gloria della virtù il corpo del beato santo Antioco [da notare, nell'iscrizione, la forma Anthiocus pro Antiochus / gr. ʼΑντίοχος]. Così deve essere la dimora di un pontefice di Cristo, che il vescovo Pietro arredò con marmi e iscrizioni per magnificarne il culto e per esaltarne la fede" (traduzione di Antonio Corda). L'iscrizione fu composta in occasione dell'abbellimento della chiesa dedicata alla santità di Antioco, un martire da tempo venerato sul posto e che in seguito avrebbe persino dato nome all'isola, in antico Plumbaria.
L'epigramma testimonia da un lato la pietà religiosa del vescovo Pietro, cui spetta l'iniziativa della reparatio, dall'altro la relativa floridezza economica del municipio, in cui la basilica venne dedicata. L'archetipo dell'attuale memoria iscritta doveva essere un mosaico pavimentale di un impianto chiesastico in cui era presente la didascalia collegata direttamente a un apparato figurativo andato poi perduto. La datazione dell'originaria iscrizione musiva si pensa possa essere di sec. VI e la copia in pietra, quella ora conservata, posteriore di qualche secolo. Ma non è da escludere, anche, che il testo originario fosse stato collocato in quella chiesa già nel secolo precedente; in seguito, forse nel sec. VII, ne fu tratta una copia (a uso liturgico come mensa di altare), trasportata successivamente nella chiesa di S. Chiara a Iglesias dove tuttora si conserva.
Come già Theodor Mommsen a suo tempo aveva sottolineato, e come le fruttuose scoperte in questi decenni hanno confermato, Sulcis svolse dal periodo fenicio-punico fino alla tarda età imperiale romana un ruolo considerevole nell'economia regionale (si veda anche la recente iscrizione che ricorda un servus regionarius, cioè amministratore di proprietà imperiali); spia ne sono anche i quattro carmi epigrafici locali, tutti con versificazione dattilica e due almeno con reminiscenze poetiche soprattutto virgiliane, di cui quello di Q. Fabio Montano di pieno I sec. d.C. costituisce in assoluto il carme epigrafico sardo più antico fino ad ora noto. Come anticipato, il nostro testo cristiano può costituire una spia di un persistente benessere della città, oltre che di un radicamento dell'ideologia cristiana.
La notorietà di questa iscrizione in tutta la Sardegna è tale che ad esempio, quando furono dedicati i due volumi di studi in onore di Giovanna Sotgiu nel 2003, come titolo fu scelta proprio la 'iunctura' cultus splendore trasmessa dalle righe 5-6 del nostro titulus.
Durante le mie ricognizioni archeologiche ho sempre salutato con grande interesse la possibilità di potermi confrontare con le iscrizioni afferenti a un determinato centro antico; e sensibilizzavo sempre le autorità competenti - che avevano la responsabilità della tutela e della salvaguardia del patrimonio archeologico-artistico di loro pertinenza - a fare in modo di raccogliere tutto questo materiale in un'unica struttura museale, soprattutto quello erratico e di non facile riscontro (conservato presso privati, murato in strutture il più delle volte fatiscenti, addirittura disperso nelle campagne). Si sarebbe così offerta la possibilità a chiunque (studiosi, turisti e soprattutto i cittadini) di dialogare serenamente con tutte le loro res patriae, riassumendo in questo modo un segmento di una realtà certamente passata, ma non ancora trascorsa. E anche nelle sedute della Pontificia Accademia Romana di Archeologia, che mi onoro presiedere, ogni qual volta mi è data l'occasione, torno sull'importanza di questa operazione, da valutarsi non solo come primaria tutela del patrimonio, ma, direi soprattutto, come rispetto della tradizione antica di una determinata città e del suo territorio.
Riterrei, pertanto, cosa meritevole e assai condivisibile anche da parte di chi, come me, non è di questi luoghi, che la memoria del santo torni nel suo luogo di origine, in quel luogo che ha consegnato a tutta la Sardegna una pagina assai importante della sua storia.
Il bel "Museo Archeologico Ferruccio Barreca" di Sant'Antioco avrebbe in questo modo una memoria veramente importante da poter esporre, unitamente a tutto il ricco e notevole materiale conservato. E potrebbe essere l'occasione anche di pensare ad una edizione aggiornata di tutte le iscrizioni della zona (un vero e proprio Corpus Inscriptionum Sulcitanarum), attraverso cui ripercorre i tempora della città antica, di cui la memoria del beato Antioco, nuovamente e definitivamente ricollocata nel suo sito originario, rappresenterebbe una tessera prestigiosa del mosaico della sua storia. Una storia che, dalla facies fenicio-punica, attraverso quella romana fino al periodo cristiano, sarà oggetto - posso

annunciarlo in questa sede - di una seduta scientifica a Roma presso la Pontificia Accademia Romana di Archeologia programmata per il prossimo mese di aprile 2016. Sarà l'occasione di un incontro di alto spessore culturale, e mi auguro che gli amici sulcitani vorranno parteciparvi. DOTT. COMM. MARCO BUONOCORE
SCRIPTOR LATINUS E DIRETTORE DELLA "SEZIONI ARCHIVI" DELLA BIBLIOTECA APOSTOLICA VATICANA
PRESIDENTE DELLA PONTIFICIA ACCADEMIA ROMANA DI ARCHEOLOGIA

Sant'Antioco Numeri utili
Pro Loco: P.za Repubblica 078182031
Associazione Turistica 0781840592
Comune di Sant'Antioco - Corso Vittorio Emanuele, 115 - 09017 - Tel .0781 803001/2/3/4 - info@comune.santantioco.ca.it Tel. 07818030217