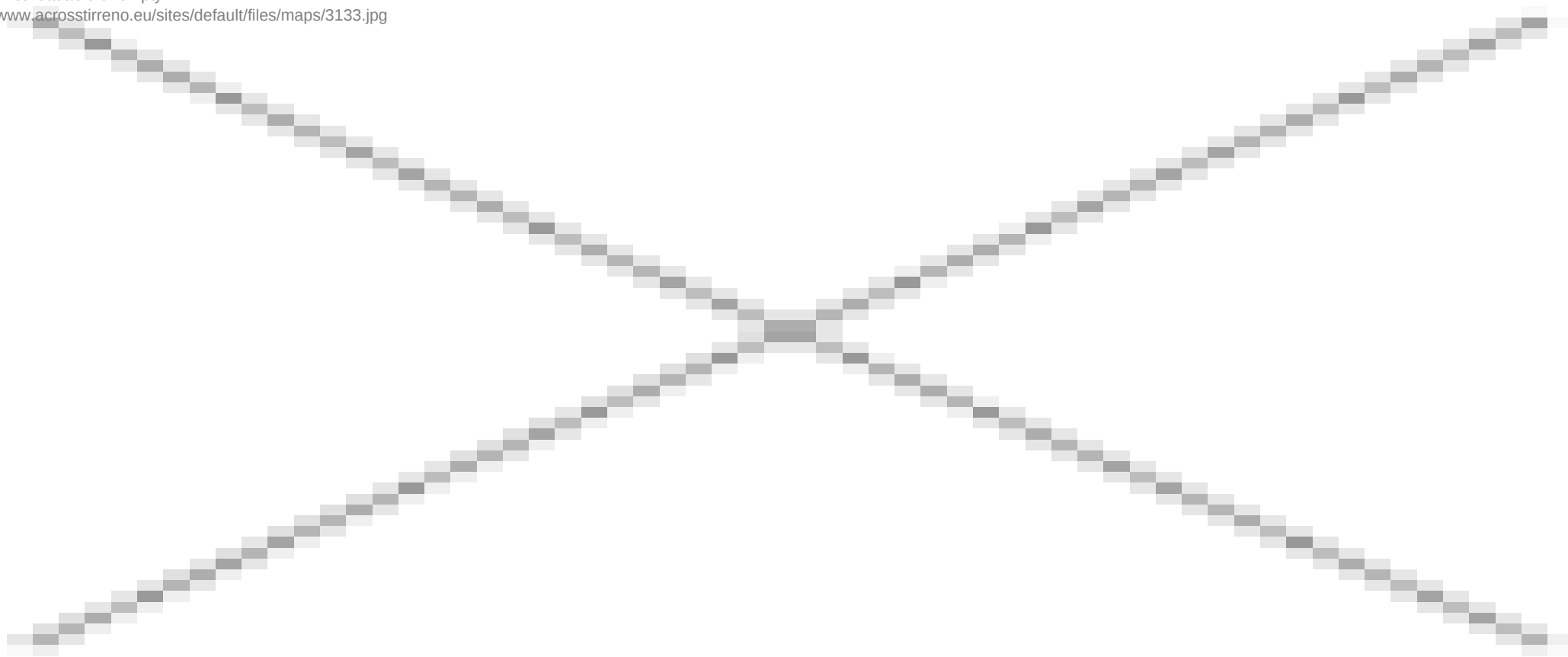




Penisola del Sinis

Questa area marina comprende la penisola del Sinis, l'isola di Mal di Ventre e, più a sud, lo scoglio del Catalano. È una splendida oasi naturale, soprattutto per l'abbondanza di rocce modellate dal mare, come S'Archittu, spettacolare arco roccioso che sovrasta l'acqua cristallina. Tutta l'area ha un'importanza rilevante per la vicinanza con le ricche zone umide dell'entroterra. Una multiforme varietà di ambienti si sussegue percorrendo la zona da sud a nord: le caratteristiche lagunari di Su siccu, il promontorio roccioso di Capo San Marco - dove a Torr'e Seu si innalzano alte falesie alternate ad arenili sabbiosi - , le falesie di Su Tingiosu che prospettano sull'Isola di Mal di Ventre abitata da cormorani e tortore. Dall'erosione dell'isola granitica di Mal di Ventre derivano i cristalli di quarzo che si depositano nelle spiagge. L'Area Marina Protetta organizza immersioni guidate, come quella nel tratto di mare delle secche vicine alle Cattedrali, due contrafforti granitici che si ergono dal fondale a sud ovest dell'isola di Mal di Ventre, popolati da aragoste, saraghi,

cernie, murene, tartarughe marine. Ma è possibile esplorare anche Carosello, parte del tavolato granitico che collega Mal di Ventre allo Scoglio del Catalano, con tratti di roccia spaccata e colorata da corallo. Per chi ama esplorare relitti sommersi, è poi possibile visitare una nave da carico olandese affondata da tempo, eventualmente supportati da istruttori di diving.

Per raggiungere l'area marina protetta è necessario raggiungere l'abitato di Cabras tramite la 131, quindi seguire le indicazioni per l'oasi naturalistica.

Nell'area marina protetta è possibile compiere itinerari naturalistici guidati, percorribili in inverno e in estate.

[L'isola di Mal di Ventre, al largo della penisola del Sinis](#)

Image not readable or empty
http://www.acrosstirreno.eu/sites/default/files/turismo/1_119_20090324162830_0.jpg

