

Malta.

Oltre ogni racconto.



I CONSIGLI DI

Ryan Farrugia

SPORTIVO



Sono Ryan Farrugia

Sono maltese e sono uno sportivo. Amo qualsiasi disciplina, ma il mio sport principale è la corsa, in particolare il trail running, specialità per cui gareggio come membro della nazionale maltese.

Mi ritengo una persona felice perché vivere a Malta mi permette di fare quello che amo di più: praticare sport in un contesto naturale spettacolare. Tra tutti i luoghi in cui posso allenarmi, i miei preferiti sono a Gozo: una piccola isola in grado di offrirmi la pace e la serenità necessarie a darmi la giusta energia per affrontare i miei allenamenti.

Ecco alcuni dei miei posti preferiti sull'isola di Gozo.

Dwejra

“Questo è certamente uno dei luoghi più famosi di Gozo, qui infatti fino a qualche anno fa sorgeva la **ormai scomparsa** (e rimpianta) **Azure Window**”, racconta Ryan. “Ciò nonostante, Dwejra rimane uno dei miei posti preferiti a Gozo, perché racchiude molte attrazioni in un unico posto, ciascuna col proprio carattere”.

Qui si trova l'**Inland Sea**, un pittoresco lago d'acqua salata, collegato al mare tramite una fenditura nella roccia navigabile a bordo di piccole imbarcazioni. Ma si trova anche la **Blue Hole**, uno dei luoghi preferiti dei diver che scelgono Gozo per le immersioni: una piscina naturale dall'**acqua cristallina** che nasconde, a 16 metri di profondità, un tunnel sottomarino che se percorso in immersione, porta lontano dalla costa. Ma Dwejra è anche **Fungus Rock**, un piccolo

massiccio calcareo a poche decine di metri dalla riva, dietro al quale si nasconde una **bellissima baia rocciosa** a forma di ferro di cavallo. Qui, grazie alla sua posizione protetta, è possibile trovare l'acqua limpida e il mare sempre calmo. Tutta la zona di Dwejra è perfetta per le **attività all'aria aperta**: le sue scogliere scoscese si prestano a molte vie di arrampicata, ma sono anche percorribili per **passeggiate panoramiche**, il suo mare è un invito costante ad un tuffo con o senza boccaglio e tutta la zona è talmente **magica** che anche sedersi per godersi il tramonto si trasformerà in un'opportunità di riflessione e ricarica energetica.

“Spesso, scelgo Dwejra nel tardo pomeriggio, e mi fermo per il calar del sole. Qui pratico yoga all'aperto, in piena pace e a contatto assoluto con gli elementi della natura.”



Arrivare qui vi ricorderà le immagini dell'atterraggio sulla Luna!



Le saline

“Arrivare qui vi ricorderà le immagini dell'atterraggio sulla Luna!”.

Così descrive le saline Ryan, un panorama su cui si stagliano grandi vasche scavate nella roccia in cui viene raccolta l'acqua di mare che, evaporando al sole, permette di raccogliere il purissimo **sale gozitano**. La raccolta del sale è fatta ancora con metodi tradizionali da famiglie che si tramandano l'usanza di generazione in generazione. Ci sono due zone in cui le saline sono facilmente visitabili e si trovano entrambe vicino alla cittadina di **Marsalforn**, a nord di Gozo: le saline di **Xwejni** e le saline di **Qbajjar**.

Potete arrivarci con una **panoramica passeggiata lungo la costa**. Visitate queste zone per una **corsa** o un giro in **mountain bike** all'alba e caricatevi dell'energia pura che donano i primi raggi del sole e i **profumi intensi** della natura del Mediterraneo.

Cibo genuino e delizioso

Arrivando a Gozo noterete subito quanto sia un'isola molto dedita all'agricoltura ed alla **vita agreste**, una caratteristica che vi garantirà la possibilità di trovare praticamente ovunque **cibo fresco e locale**.

Molte sono le aziende agricole che offrono delizie locali, come la **salsa di pomodoro dolce**, ingrediente che va gustato spalmato sul pane con l'aggiunta di un filo d'olio e che troverete sempre proposto tra gli antipasti tipici locali. Una selezione di tipici **antipasti gozitani** prevede inoltre altre prelibatezze come i **ġbejniet**, piccole forme di formaggio di capra, proposte in varie stagionature e con diversi condimenti. Troverete i **ġbejniet** anche come condimento della **ftira**, un altro must sulle tavole di Gozo: all'apparenza una pizza, ma con un sapore peculiare, dovuto al suo speciale impasto, la ftira è condita con prodotti del luogo come patate, acciughe, olive e capperi ed è perfetta per essere degustata con un **bicchiere di vino di produzione locale**.

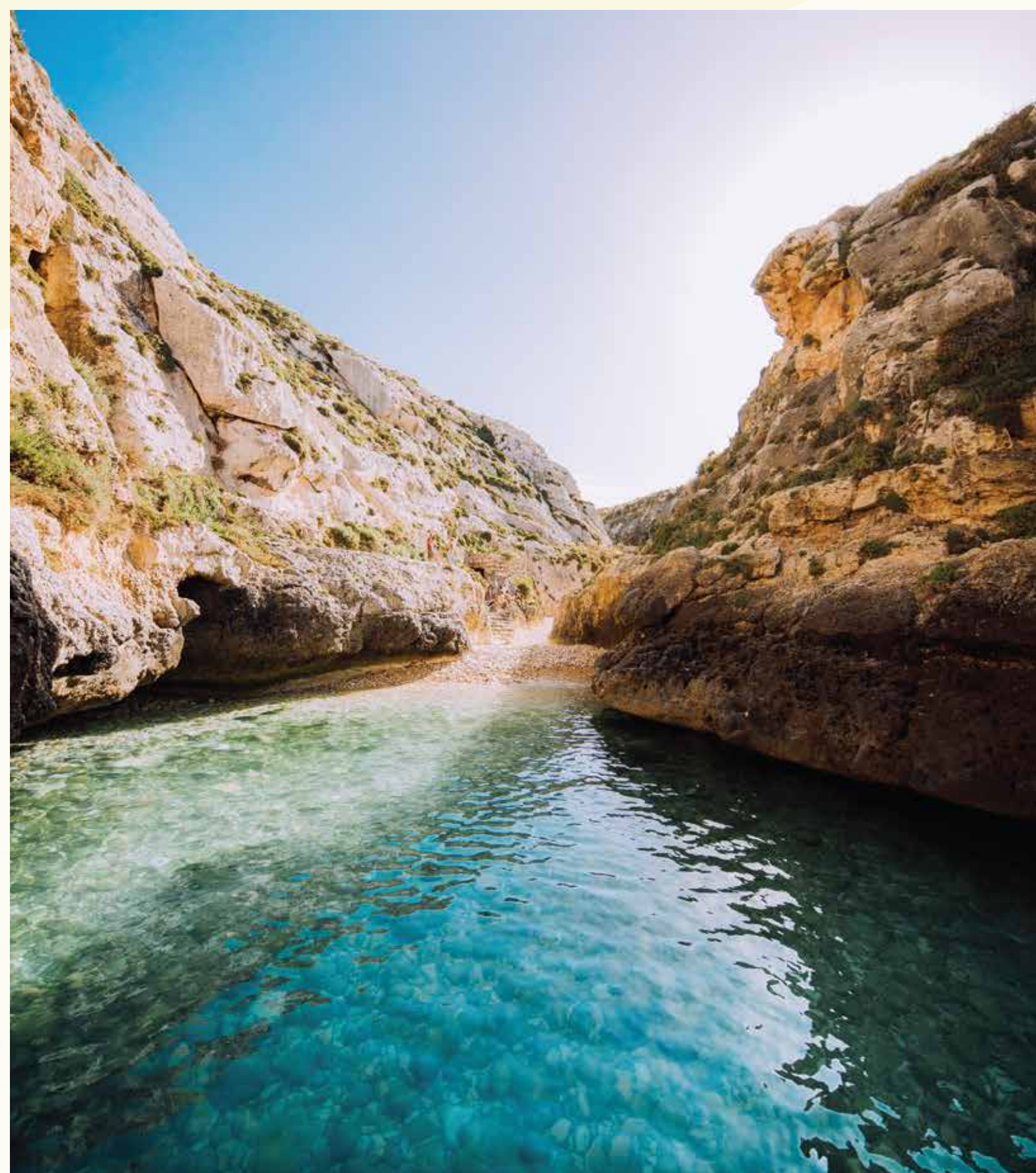


Per un'esperienza 100% a Km 0, amo fermarmi a pranzo negli agriturismi dell'isola

Wied il-Ghasri e San Blas Bay

Quanta diversità a Gozo! Insenature rocciose, spiagge di sabbia, campagna verdeggiante e scoscese scogliere. Solo per darvi qualche esempio, dedicate un'escursione alla gola di **Wied il-Ghasri**, un fiordo ben celato tra le rocce e amatissimo da chi pratica **snorkeling**, per la ricca fauna sottomarina e la trasparenza dell'acqua. Se invece preferite le piccole **calette sabbiose**, affrontate la discesa verso **San Blas Bay**: questo piccolo accesso al mare è caratterizzato da una **soffice sabbia rossa** ed offre, per i più pigri, una spiaggia attrezzata.

Mi raccomando, non dimenticate di indossare **scarpe comode** per arrivarci!



Fateviene comunque una ragione: una vacanza sola non basterà a scoprire tutti gli angoli di questo scorcio di paradiso.

Mġarr Ix-xini

Un vero e proprio **fiordo naturale** che nella storia sembra sia stato utilizzato come nascondiglio per le galee dei cavalieri, ma che probabilmente fu utilizzato anche dai Turchi per invadere l'isola nel 1551. Che arrivate qui via mare pagando su un **kayak** o percorrendo la stretta stradina carrabile, noterete subito la **trasparenza del mare**. Ecco perché Mġarr Ix-Xini è un luogo perfetto per praticare lo **snorkeling** o per una semplice nuotata, grazie alla spiaggetta di ciottoli che permette un facile accesso all'acqua. Questa baia, per le **grotte sottomarine** circostanti, è anche meta di molti diver che poco distante da qui trovano un famoso relitto, dimora di una **coloratissima fauna marina**. Essendo una gola che si insinua tra alte pareti rocciose, Mġarr Ix-Xini è un luogo particolarmente amato anche da chi pratica l'**arrampicata** con panoramiche vie a picco sul mare. Il simbolo di questo luogo è la **Torre di Guardia dei cavalieri** che ancora si erge sulla costa che sovrasta il fiordo, facilmente raggiungibile grazie ad un piccolo sentiero.

Per una pausa pranzo leggera e a base di ottimo pesce fresco, assicuratevi un tavolino al chiosco che si trova sulla spiaggia della baia.



E infine l'isola di Comino!

“Comino è la **terza isola paradiso** dell'arcipelago maltese. La maggior parte dei turisti e dei maltesi raggiunge questa isola in barca direttamente da Malta. Invece, io preferisco raggiungerla da Gozo percorrendo il sentiero meno battuto!”

Comino si raggiunge dalla spiaggia di **Hondoq ir-Rummien**, o dal porto di **Mgarr**.

Le acque turchesi che circondano Comino ne fanno una meta desiderata dai **diver** e la sua incantevole **Blue Lagoon** è uno dei luoghi più fotografati di tutta Malta.

Sull'isola vivono solo 4 persone: passeggiate in solitaria verso la torre di Santa Maria per godere della brezza marina ed i profumi della macchia mediterranea.



Da non perdere

Arrampicarsi

A Gozo, sulla roccia dello scenografico arco di Wied il-Mie-laħ. Gozo offre panorami spettacolari e oltre 300 percorsi verticali per tutti i livelli, dai principianti ai professionisti.

Correre

Nelle saline di Xwejni a Gozo. Per un percorso più difficile, la salita di Dwejra verso il villaggio di San Lawrenz offre panorami mozzafiato.

Immergersi

Nelle acque turchesi dell'arcipelago esplorando la fauna marina, i misteriosi relitti e i ricchi abissi. Per quelli meno sperimentati, fare snorkeling nei fondali bassi del Blue Lagoon di Comino.

Rilassarsi

Diventando un tutt'uno con la natura di Dwejra, facendo yoga all'aperto. Sia Gozo che Malta offrono tanti luoghi tranquilli dove meditare, o semplicemente fare lunghe passeggiate all'aria aperta.

Camminare

A Comino percorrendo i sentieri verso la torre di avvistamento secentesca dedicata a Santa Maira o andando in visita alla minuscola cappella dedicata alla Vergine.

Mangiare

Prodotti a KM 0 in un'azienda agricola. Da non perdere i formaggi di capra di Gozo, la bigilla, delicato patè di fave e il miele, vera e propria eccellenza dell'arcipelago.



Malta
Gozo & Comino

Oltreogniracconto.it

#OltreOgniRacconto



Visitmalta.it



[Visitmalta](https://www.facebook.com/Visitmalta)



[@Visitmaltait](https://www.instagram.com/@Visitmaltait)



[@Andareamalta](https://twitter.com/@Andareamalta)



[VisitMalta](https://www.youtube.com/VisitMalta)