



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari

Programma Annuale Escursioni 2015



Sabato 14 Novembre 2015

10° cicloescursione

Dalla miniera di BRECCA a Porto Corallo

San Vito – Villaputzu



Descrizione *(di Monica Melis)*

La decima ciclo escursione del 2015 si svolge nel territorio del Sarrabus, tra miniere ai più sconosciute e visioni marine panoramiche. Partiremo dal parcheggio che si trova a sx all'entrata del paese dopo lo stretto ponte sul Flumini Uri che scende solo quando piove ma a suo tempo molto disastrosamente. Costeggiandolo prendiamo una stradina panoramica che permette di dare uno sguardo dall'alto a San Vito paese con l'accademia delle launeddas, antico strumento a fiato costruito in canne, di cui San Vito vanta ottimi maestri, le antiche chiese posizionate sulle colline di S. Lussorio e S. Priamo e le aree minerarie dismesse di Monte Narba e di Brecca verso cui ci dirigiamo. Rientrati nella statale 387 che porta a Ballao ne percorriamo un paio di chilometri costeggiando il Flumendosa fino ad un'ampia ansa dove attraversato il fiume cominceremo la salita in asfalto, con pendenze decise che con qualche tornante ci porterà alla zona delle Miniere. La località di Brecca è costituita da pochissime case ormai ricostruite che costituivano l'Azienda agricola annessa alla miniera e alcuni ruderi facenti sempre parte del azienda agricola. Costeggiando un muro che delimita l'entrata dell'abitato, attraverso uno sterrato saliamo alla



miniera vera e propria. Lasciate le bici dovremo effettuare un piccolo percorso in discesa nella valle parallela per arrivare ad alcuni ruderi da dove potremo ammirare il camino della fornace e l'ambiente selvaggio del canyon.

Riprese le bici ritorniamo a Brecca per proseguire lungo la valle del Rio Brecca selendo leggermente fino a scollinare. La strada a questo punto è sterrata e attraverso una divertente discesa ci inseriamo nella fosterale tra Bruncu Ferrittus e Bruncu su Tramatzu. Si riprende quindi a salire in mezzo a boschi di pino con qualche strappetto impegnativo ma fattibile a tutti fino ad arrivare a Bruncu Spangas. Qui valichiamo nuovamente anche un cancello e il panorama si apre e ci

permetterà di spaziare fino a Capo Ferrato. Ci aspetta ora un'altra discesa divertente a cui prestare attenzione per la presenza di parecchi canaletti per lo scolo delle acque. Superato un altro cancello continuiamo con un falsopiano in discesa per arrivare alla vecchia 125 che percorreremo in salita per 200 metri fino ad Arcu Gennarella. Lo sterrato in salita che parte da qui ci porterà con un susseguirsi di panorami che spaziano a destra e sinistra del crinale ad Arcu Sa Modditzi da dove potremmo ammirare la spiaggia di Murtas, quindi superata Punta Sa Modditzi cominceremo una lunga discesa verso il mare fino ad arrivare a Pranu Maistu Perdu.



Prendiamo da qui un percorso circolare di circa 7 km con la prima parte tecnica per la presenza di molti massi e di strappetti, mentre la seconda più tranquilla. Attraverseremo un bosco di pini gestito dalla forestale per ritrovarci nuovamente a Pranu Maistu Perdu dove raggiunta la costa Su Franzesu assistiti dal sole (speriamo) gusteremo uno splendido panorama marino e arrivare quindi a porto Tramatzu.

Sosta pranzo al mare e si riparte per percorrere gli ultimi 12 km in piano e in tranquillità attraverso stradine secondarie per tornare al parcheggio.



PERCORSO E PROFILO ALTIMETRICO

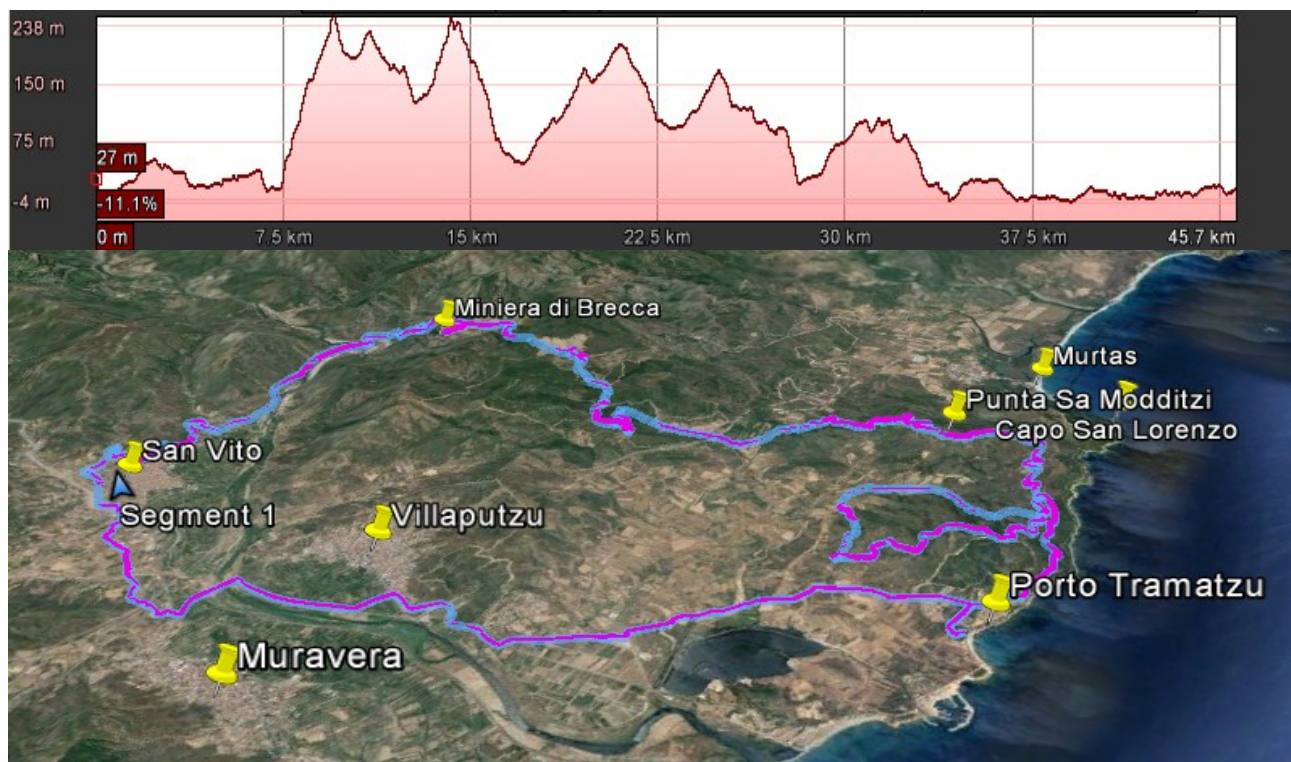


TABELLA RIASSUNTIVA

Tragitto	Auto proprie
Ritrovo	Parcheggio a sx del ponte sul Flumini Uri, entrata San Vito ore 09.00
Partenza escursione	San Vito
Comuni interessati	San Vito, Villaputzu
Percorso	Circolare
Lunghezza	46 Km
Dislivello cumulato in salita	750 metri
Località	San Vito, Brecca, Arcu Sa Modditzi, Porto Tramatzu, Villaputzu, San Vito
Terreno	Sterrata, asfalto, mulattiera.
Pedalabilità	98%
Grado di difficoltà	MC+/MC+ Salita/discesa
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB adatta e in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, camera d'aria di scorta, illuminazione da mtb.
Attrezzatura consigliata	scarpe da trekking, pantaloni con fondello, guanti da MTB, k-way, integratori energetico-salini, almeno 1 l d'acqua, ulteriore camera d'aria di scorta.
Pranzo	al Sacco da portare nello zainetto personale
Partecipanti	Soci e non soci CAI per un totale di 18 partecipanti
Quote	2 euro per i soci CAI, 8 euro per i non soci CAI.
Info e Prenotazioni	Monica Melis, monicamelis58@gmail.com Tel 3496692778

Avvertenze:

L'escursione presenta un medio-alto impegno, non tanto per le difficoltà tecniche quanto per la lunghezza.

- Si richiede una buona preparazione fisica e tecnica e l'utilizzo di un appropriato equipaggiamento, in particolare di una Mountain Bike adatta e in ottime condizioni di funzionamento.
- Il Direttore di Escursione potrà rifiutare a suo insindacabile giudizio il partecipante non adeguatamente equipaggiato e/o preparato.
- Il Direttore di Escursione può variare il percorso della ciclo escursione se e quando lo riterrà opportuno.
- Le prenotazioni vengono effettuate in ordine di tempo finché ci sono posti disponibili (fino ad un **massimo di 18 partecipanti**) ed è possibile prenotare o disdire entro **giovedì 12 Novembre 2015**
- **I soci hanno diritto di precedenza nelle prenotazioni sino a domenica 8 Novembre, i non soci sono ammessi con riserva, in pratica vengono confermati se a una settimana dall'escursione ci sono ancora posti liberi, in base all'ordine di prenotazione**
- Non si attenderanno i ritardatari; si partirà non oltre cinque minuti dall'ora fissata;
- Non sono consentite iniziative personali durante lo svolgimento della cicloescursione; devono essere seguite le indicazioni e le disposizioni date dal Direttore di Escursione, in modo particolare non precedendo mai l'accompagnatore che apre;
- Non assumiamo alcuna responsabilità per quanto accade in escursione; tutti partecipano a loro rischio e pericolo;
- L'inosservanza di queste regole può causare l'esclusione temporanea o definitiva di un partecipante dalla presente e/o dalle escursioni successive;

L'alimentazione dovrà essere adeguata alle nostre esigenze fisiche e a quelle climatiche. Indispensabile una buona scorta d'acqua e/o integratori energetico-salini.

Dichiarazione di esonero di responsabilità

(Da Firmare obbligatoriamente prima di prender parte all'Escursione)

Il Club Alpino Italiano promuove la cultura della sicurezza in montagna in tutti i suoi aspetti. Pur tuttavia la frequentazione della montagna comporta dei rischi comunque ineliminabili e pertanto con la richiesta di partecipazione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara:

- di aver letto la descrizione della ciclo escursione e le annesse avvertenze .
- di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà della ciclo escursione;
- di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica del cicloescursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica e tecnica adeguata alla difficoltà della cicloescursione;
- di possedere l'attrezzatura obbligatoria indicata nella tabella allegata alla descrizione.
- di aver preso visione e di accettare incondizionatamente il Regolamento Escursioni predisposto dal CAI-Sezione di Cagliari;
- di assumersi in proprio in maniera consapevole ogni rischio conseguente o connesso alla partecipazione alla cicloescursione e pertanto di esonerare fin da ora il CAI Sezione di Cagliari e i Direttori di Escursione da qualunque responsabilità.

Direttore di Escursione: Monica Melis.

Accompagnatori: Monica Melis, Enrico Fadda