



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni
2016



Sabato 20 Febbraio 2016

3° cicloescursione



Il Massiccio del Linas in MTB

Boschi, Cascate e Panoramici Single track

Descrizione *(di Francesco Pia)*

La terza ciclo escursione stagionale ci vedrà ospiti, per la prima volta, nel magnifico complesso montuoso del Linas in un percorso circolare particolarmente impegnativo sia fisicamente che tecnicamente, dove avremo modo di abbracciare le vette più alte del massiccio in sella alle nostre bici in una delle poche possibilità che questa montagna ci offre.

Il punto di partenza per la nostra scalata sarà uno spiazzo lungo il riu Piras, ad una quota di 290 metri, e le prime pedalate saranno su asfalto, accompagnati dallo scrosciare dell'acqua del rio Perd'è Pibara che risaliremo sino a raggiungerne l'omonimo Parco. Saremo immersi fin da subito in un bel bosco di giovani lecci, dove spuntano, qua e là, ingressi minerari dismessi ed edifici riquallificati. Infatti nel cuore di queste montagne all'inizio del secolo scorso fu scoperto il più grande giacimento sardo di un prezioso minerale, la molibdenite. Ma la fortuna non durò a lungo e le estrazioni terminarono a metà del '900 lasciandoci solo il ricordo. Adesso quello di Perd'è Pibara è un bel complesso minerario recuperato che noi attraverseremo con le nostre bici, e tra torrenti e fresche sorgenti, ci troveremo a risalire una meno gradita via lastricata con pendenze che andranno ad impennarsi oltre il 15%, e finita questa, una buona sterrata altrettanto ripida ci condurrà sino all'importante valico di Genna Farraceus (700m).

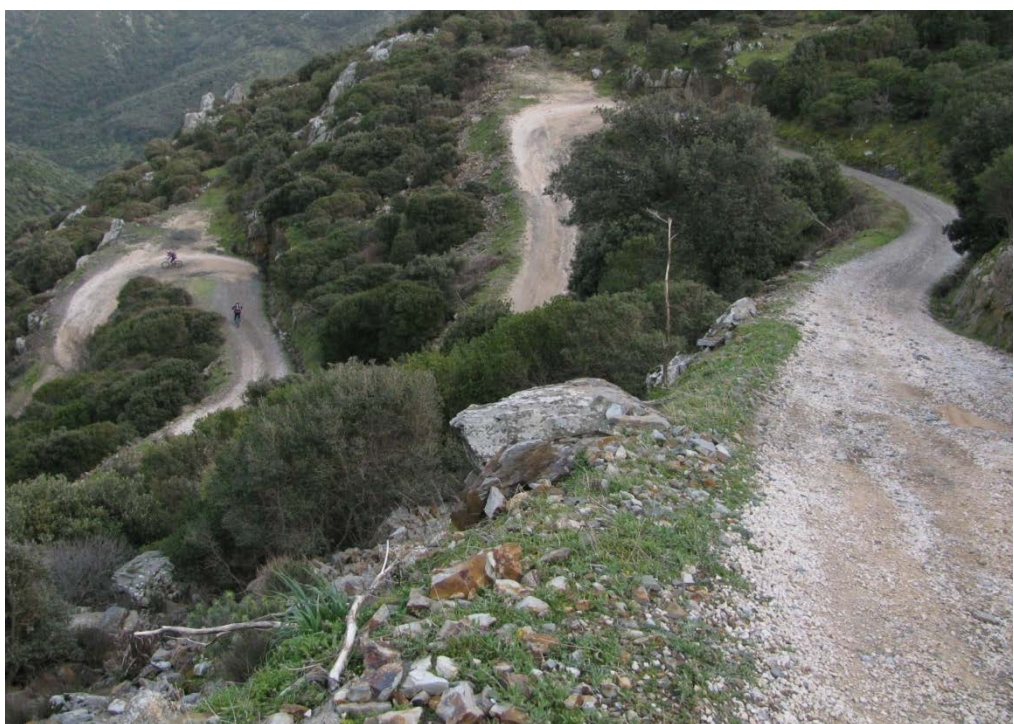
Qui la strada si farà più rovinata e dura e guadagnerà ulteriormente quota per 2km, per raggiungere un falsopiano (950m), dove, tra 2 cisterne dell'antincendio e un riparo mal costruito, seguiremo una gradevole sterrata all'ombra di una fitta lecceta, che terminerà con una breve discesa sul sentiero che ci condurrà sino al bosco di Figus.

Questo single track, nel primo tratto costeggia una recinzione, e si alterneranno tratti di portage e tratti guidati tecnici con brevi saliscendi che ci terranno sui 1000m di quota, tra il bosco di Scracchininus e le alte pendici di punta Cammedda (1214m). La traccia raggiungerà quindi Genna Eidadi (1026m), e lì continueremo in discesa sulle pendici di punta Acqua Zinnigas (1136m). Questa sarà una sezione tecnica

particolarmente insidiosa, per via degli scavi dei cinghiali e di una vecchio filo spinato poggiato a terra tra noi e la vallata sottostante. Un sentiero che percorreremo a bassa velocità per apprezzarne meglio il panorama unico e soprattutto per non farci male nei continui cambi di direzione e pendenza.

Dopo circa metà discesa arriveremo ad un pianoro e faremo una breve divagazione per un bellissimo punto panoramico sulla cascata di Muru Mannu, dove ci sarà giusto il tempo di scattare qualche foto e riposare le braccia per poi riprendere la discesa, sempre su single track, con alcuni brevi tratti da percorrere a piedi, prima di tuffarci letteralmente dentro il bosco di Figus, dove il sentiero si trasforma in una bella mulattiera tecnica ai piedi di Punta Perda sa Mesa. La nostra discesa continuerà quindi tra lecci e corbezzoli sino ad una vecchia costruzione, una baita dal tetto rosso, appartenuta ad un privato e purtroppo lasciata a marcire. Probabilmente sarà questo il punto in cui faremo la pausa pranzo, dopo aver visitato, tempo permettendo, la bella e poco conosciuta cascata del rio Arrusarbus.

Riprese le bici, una breve salita e un'altrettanto breve discesa ci porterà all'Ovile Linas (737m), presidio dell'ente foreste, ne risaliremo quindi l'omonimo rio sino ad arrivare a Genna Mirrata (837)m, dove potremmo godere di un'ottimo panorama sulla costa occidentale e continuare a salire sino a Nuraxi e Togoro. Quindi un falsopiano ci catapulterà nel bellissimo single che si insinua nella profonda gola di Riu de Mesu, percorrendo un sentiero vario tra dure salite e discese tecniche, guadi e tratti di portage, appesi ad una vecchia mulattiera in un contesto veramente unico. Termineremo quindi il Single track riprendendo la sterrata alla quota di 700m, e ci lanceremo in una veloce discesa che segue dall'alto la profonda gola di Gutturu Fenugu. Ci lasceremo alle spalle divertenti tornanti e pregevoli cascatelle, sino ad incrociare di nuovo l'asfalto nei pressi della chiesetta di santa Severa e rientrare alle macchine dopo aver attraversato il guado sul Riu Piras.



ALTIMETRIA



TABELLA RIASSUNTIVA

Tragitto	Auto proprie
Ritrovo	Parcheggio Ex K2 di Assemini, ore 08.30
Partenza escursione	Parcheggio sul Rio Piras (Gonnosfanadiga) ore 09.15
Comuni interessati	Gonnosfanadiga
Percorso	Circolare
Lunghezza	27 Km
Dislivello cumulato in salita	1100 metri
Località	Riu Piras, Parco di Perd'è Pibara, Genna Farraceus, Genna Eidadi, Figus, Cascata Arrusarbus, Ovile Linas, Rio Linas, Genna Mirrata, Nuraxi Togoro, Riu de Mesu, Gutturu Fenugu, Chiesa Santa Severa.
Terreno	Sterrata, asfalto, sentiero, mulattiera
Pedalabilità	99%
Grado di difficoltà	MC+/BC+ Salita/discesa
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB adatta e in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, camera d'aria di scorta.
Attrezzatura consigliata	scarpe da trekking, calze di ricambio, pantaloni con fondello, guanti invernali da MTB, k-way, integratori energetico-salini, almeno 1 l d'acqua, un cambio completo da tenere in macchina.
Pranzo	al Sacco da portare nello zainetto personale
Partecipanti	Esclusivamente soci CAI
Quote	2 euro per i soci CAI.
Prenotazioni	Francesco Pia, Snarcy2005@gmail.com
Informazioni	Francesco Pia, Snarcy2005@gmail.com

Avvertenze:

L'escursione presenta un'alto impegno.

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 15 partecipanti**) ed è possibile prenotare o disdire entro le ore 13 di **venerdì 19 Febbraio 2016**.

- 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: Francesco Pia

Accompagnatori: Francesco Pia, Fabio Pau.