



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari

Programma Annuale Escursioni 2016



Domenica 20 Marzo 2016

6° cicloescursione

Rocca Arrigelli e la Via dell'Argento in MTB

Alla scoperta del Sarrabus meno conosciuto



Descrizione *(di Francesco Pia)*

Per la sesta ciclo escursione stagionale si pedalerà nel Sarrabus meno conosciuto, ben lontani dai centri abitati, circondati da aspri paesaggi e scorci di rara bellezza. Un circolare molto tecnico e indigesto alla comunità di biker che non ama metter piede a terra e portar la bici in spalla, ma che, per contro, sa regalare grosse soddisfazioni al ciclista con gli scarponi. Chi sa apprezzare la bellezza non si porrà troppi problemi nell'affrontare la fatica e le tante prove che si dovranno superare.

La prima parte dell'escursione è facile, dal parcheggio (616m) si andrà in leggera salita e poi in discesa, su ottime sterrate all'interno del cantiere forestale del Monte Genis, un percorso a bastone da fare in andata e ritorno e che si farà sentire molto più al rientro che all'andata. Si passerà ai piedi del massiccio, tra torrenti, cascate e sorgenti. Una forcella che ci avvicinerà al circolare, che ha come base di partenza Genn'è Arasili (600m). Circa 4,5 km con un dislivello di circa 100m.



Da qui sarebbe facile scendere sul rio Ollastu, ma la nostra escursione sarà tutt'altro che scontata, per cui si imbroccherà una vecchissima e distrutta mulattiera, che con qualche tratto di portage ci accompagnerà verso Arcu sa Murta, nel cuore del Monte Genis, regno dei mufloni e dei cervi. Una discesa molto sconnessa (lunga 500m) ci porterà quindi sul riu Leunaxi (Oleandro), dove il primo guado della giornata (in foto) ci obbligherà a togliere le scarpe e non solo. Qui, lasciate le bici, con una breve passeggiata, visiteremo una grande vasca naturale sotto alte pareti strapiombanti.



Guadato il torrente, quindi, la mulattiera si trasforma in carrareccia, e se il fondo migliora questo non si può dire per la pendenza. Affronteremo una salita che ci scorderà i muscoli guadagnando un dislivello di 100m in meno di 1 km. Una volta arrivati in cima (660m, 8km), nei pressi di un'ovile ricavato con materiali di recupero, la strada si trasforma in ottima sterrata, con il panorama che si apre su punta Serpeddi e la foresta primaria di Tasonis. Su questa pedaleremo la parte più facile e rilassante dell'escursione, immersi in un paesaggio lunare.

Ci lasceremo alle spalle la deviazione che conduce alle miniere di Tasonis (9km) e quella che scende al cuile s'Angassua (Sanguisuga)(9km), per imboccare poco più avanti (9,5km), un'antica via che segue linea di cresta sovrastante il versante meridionale della gola scavata dal rio Ollastu (Olivastro). Una mulattiera a tratti tecnica, ma tutta

pedalabile, che ci porterà verso il muro di Margini Arrubiu, una breve (600m di lunghezza) ma intensa salita con pendenze che sfiorano il 20%, difficile da fare in sella, non tanto per la pendenza quanto per il fondo.



Superata questa prova (660m, 13,2km), il percorso scende a tratti tecnico e sconnesso, sempre in cresta, con la vista che spazia sul mare e soprattutto su Rocca Arrigelli, una delle perle della giornata e uno dei

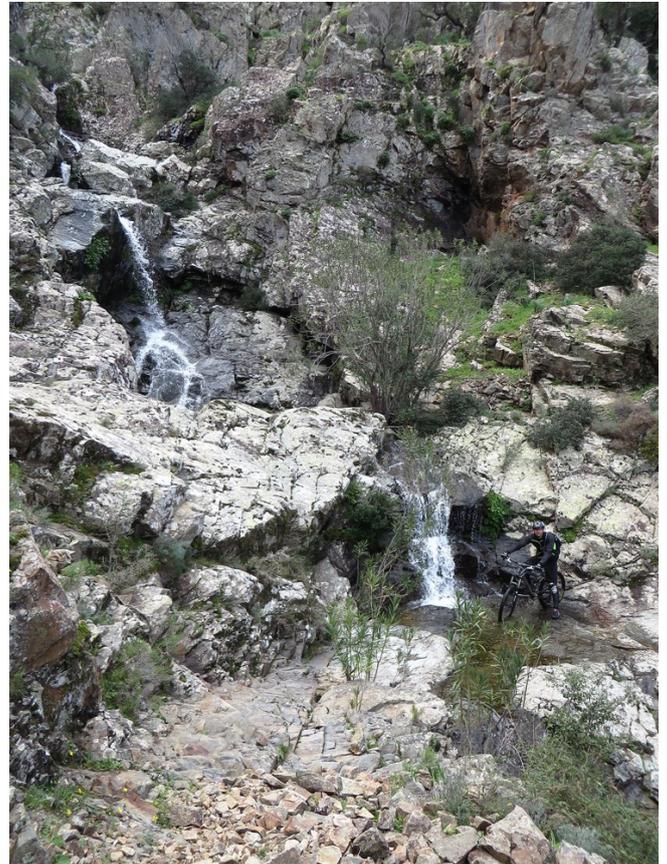
luoghi più affascinanti e selvaggi della Sardegna.

Incrociata quindi una buona sterrata da lì a poco valicheremo ad Arcu Cenabaras (480m, 16km), e superata una sbarra ci catapultiamo nella discesa, tecnica, profondamente solcata, che conduce al cuile Perdunoro (268m, 18km), nel fondo della valle del rio Ollastu, lì dove finalmente intercettiamo la Via dell'Argento.

Questa è una vecchia massicciata, costruita all'interno della profonda gola del rio Ollastu, appesa a qualche decina di metri sopra il letto del torrente.



Un'opera ciclopica, costruita per raggiungere i filoni d'argento delle miniere di Sa serra 'e s'ilixi, a monte, e di Tacconis e S'Arcilloni a valle. Noi ne percorreremo un tratto di circa 5 km, risalendo il torrente in un contesto unico e straordinario, attraversando cascate e costeggiando ingressi minerari inaccessibili, continuamente accompagnati dall'impetuoso scorrere dell'acqua. Purtroppo la massicciata versa in un pessimo stato di conservazione, cade a pezzi completamente abbandonata a se stessa. Condizioni che ci costringeranno a lunghi tratti di portage, e per i meno esperti saranno più i km di trasporto che quelli in sella.



Le miniere di Sa Serra e s'ilixi, lì dove il torrente riposa in un vasto lago, ci annunceranno la fine della gola e della faticosa mulattiera. Ci sarà da superare il secondo guado della giornata (da fare scalzi, ma meno profondo del primo), e ancora qualche tratto di portage, per arrivare ai primi edifici minerari (trasformati in ovile) e giungere quindi al ponticello e alla sterrata che mette fine alla Via dell'argento (23km 430m). Ma la ciclo escursione non è ancora finita e poco più avanti, superato un'ulteriore guado con fondo in cemento, ci proietteremo verso la vera e più dura salita della giornata, con pendenze che superano il 20% e un dislivello di 280m, le ultime fatiche per raggiungere nuovamente Genn'è Arasili (27,5km) e ripercorrere il bastone sino al parcheggio (31km).

Un'escursione molto dura, dal punto di vista fisico-tecnico ma anche mentale, con le difficoltà che crescono con il progredire dell'escursione, e trovano il culmine nella via dell'argento e nella salita finale. Chi non saprà gestire il proprio carburante potrebbe trovarsi a secco ben prima di completare il giro.

Un circolare non da tutti, sicuramente l'escursione più impegnativa che il MTB CAI Cagliari ha organizzato finora.



PERCORSO E PROFILO ALTIMETRICO DEL CIRCOLARE (senso antiorario)

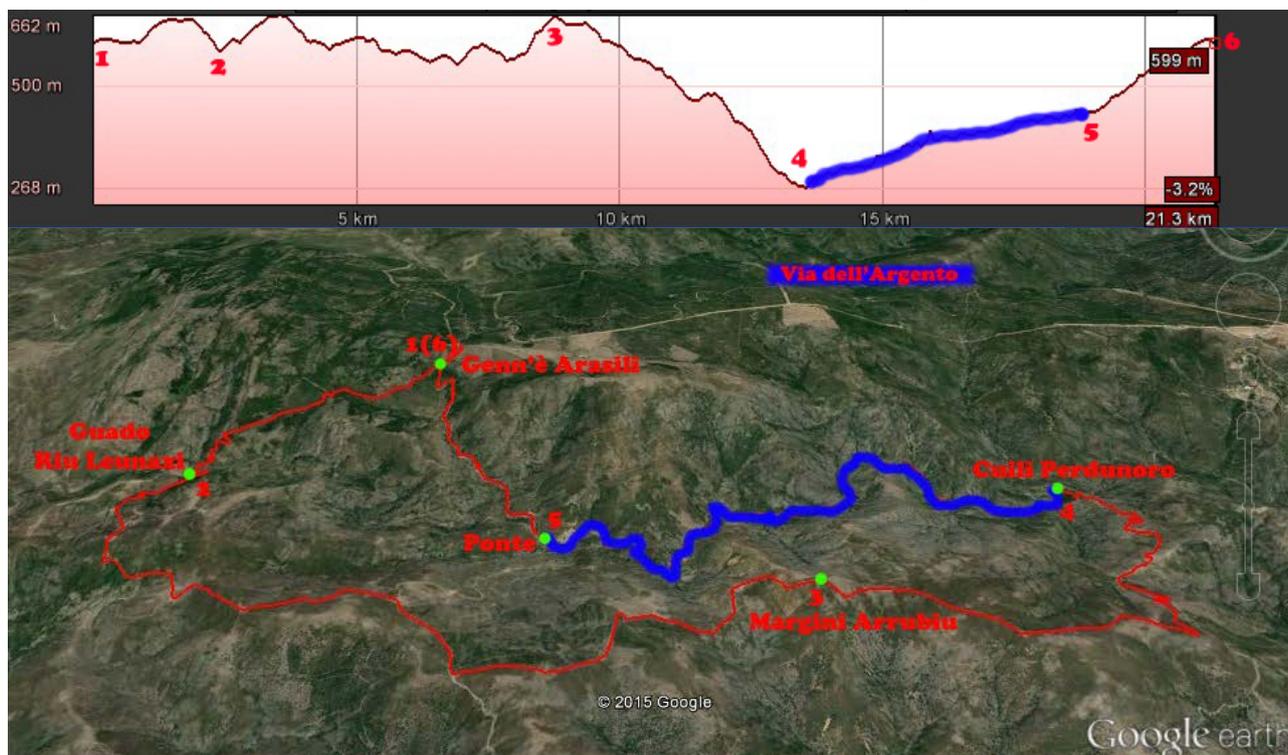


TABELLA RIASSUNTIVA

Tragitto	Auto proprie
Ritrovo	Ingresso San Nicolò Gerrei, ore 08.30. Monte Genis ore 09.00.
Partenza escursione	Monte Genis, ore 9.30
Comuni interessati	Burcei, Villasalto, Sinnai
Percorso	Misto Circolare/Bastone (nodo: Genn'è Arasili)
Lunghezza	31 Km
Dislivello cumulato in salita	900 metri
Località	Monte Genis, Genn'è Arasili, Arcu sa Murta, Riu Leunaxi, Pala Manna, Seddas de Planu, Bruncu Margini Arrubiu, Serra is Cassadoris, Su Accu Cenabaras, Cuile Perdunoro, Rio Ollastu, Sa serra 'e s'Ilixì, Cuile S'Angassù.
Terreno	Sterrata, mulattiera, sentiero.
Pedalabilità	80/90%
Grado di difficoltà	BC+/BC+ Salita/discesa (brevi tratti OC+ sia in salita che in discesa)
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB adatta e in ottime 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 15 partecipanti
Quote	2 euro per i soci CAI, 8 euro per i non soci CAI.
Info e Prenotazioni	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 **giovedì 17 Marzo 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, Daniela Maccioni.