

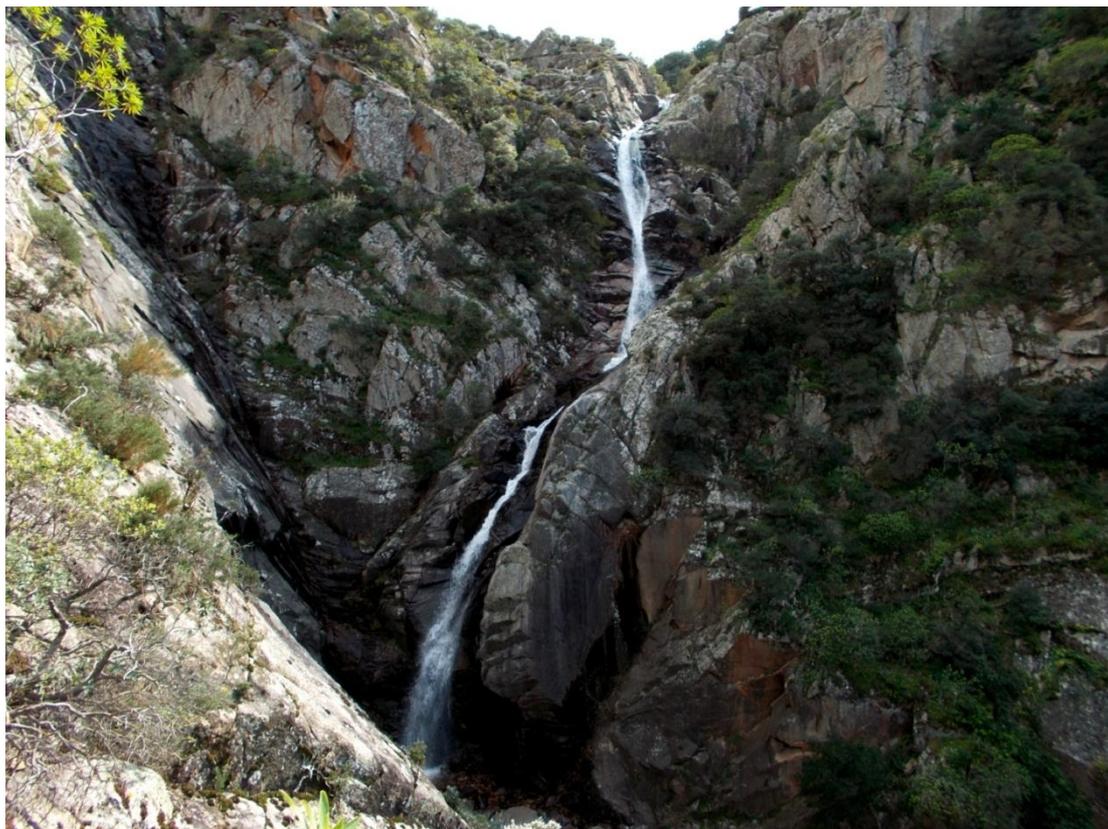
Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari  
**Programma Annuale Escursioni**  
**2014**

Domenica 9 Marzo 2014

4° cicloescursione

## **Alla cascata di SU SPISTIDDADROXIU in MTB**

Giro tra le valli alle pendici dei monti Lattias e is Caravius



### **Descrizione** *(di Alessio Mereu)*

L'escursione proposta ci porta alla scoperta di uno degli angoli più belli dei monti del Sulcis nel territorio comunale di Siliqua, siamo alle pendici settentrionali dei monti Lattias e Caravius, lungo i torrenti di due valli incassate tra i monti Genna Spina e Genna Strinta, con l'intento di raggiungere la cascata di su Spistiddadroxiu.

Lasciate le auto in prossimità della località "Medau Massas" nei pressi della diga di Medau Zirimilis, si parte su una sterrata che attraversa un discutibile rimboschimento di Eucalipti, dopo aver superato un guado con fondo in cemento alla confluenza dei rii Camboni e sa Giurba, un breve strappo in salita ci porta ad un trivio, noi prenderemo la via di destra inoltrandoci così nel canale del rio Marroccu, si arriva in poco tempo, superando numerosi guadi, alla dispensa Antonietti una delle ultime testimonianze dell'attività di sfruttamento dei boschi Sardi da parte delle compagnie del legname Toscane



### ***Dispensa Antonietti***

Dopo un breve falsopiano inizia una bella salita (600 metri circa) su larga sterrata, che si stacca dal canale del rio Marroccu, la salita termina in un bivio a quota 400 metri, e di nuovo prenderemo a destra la strada che scende per 1 km, prima dolce, poi un po' più ripida, proseguiamo tralasciando tutte le deviazioni sino a guardare il corso del rio e s'Arinus si riprende una breve salita e poco dopo prenderemo la sterrata al bivio

sulla sinistra, siamo a quota 323 metri, inizia così la lunga risalita del canale del rio is Arinus, il fondo è in buone condizioni ma interessato a tratti dal taglio del bosco e quindi sporcato dal fogliame, si tratta di una scalata di 3 km circa con pendenze che raggiungono il 15 % ma con alcuni tornanti che ci permetteranno di riprendere fiato e godere del paesaggio, l'ultimo tratto della salita si fa più tecnico con fondo roccioso, ma ormai siamo arrivati al valico in località posta de Serapiu a 700 metri. Il tempo di ricompattare il gruppo e inizia una bella e divertente discesa nel versante opposto, lungo il canale del rio fenugus, in mezzo alla folta vegetazione ma non priva di punti panoramici dove soffermarci e alzare lo sguardo verso la piana del Cixerri, e verso le pareti rocciose del monte Genna Spina, la discesa inizialmente in buone condizioni si fa tecnica e ripida (pendenza media del 10% su fondo sdruciolevole nella parte centrale), con brevi tratti non pedalabili, ci avviamo così alla deviazione per la cascata del rio fenugus, un sentiero da fare a piedi (15 minuti) ci porta sotto la cascata meglio conosciuta come "su Spistiddadroxiu" un bellissimo salto di 60 metri circa incastonato tra le pareti granitiche e preceduto da scivoli d'acqua e salti più piccoli che rendono ancor più bello lo scenario.

Tornati indietro e riprese le bici, proseguiamo la discesa e in 5 minuti siamo al rifugio wwf di Barracca Sassa, qui ci possiamo fermare per la pausa pranzo.

Continuiamo a scendere seguendo il corso del rio Camboni attraversandolo più volte fino ad intercettare il tratto di strada fatto all'andata. Ci basterà ripercorrere a ritroso la sterrata per tornare al punto di partenza

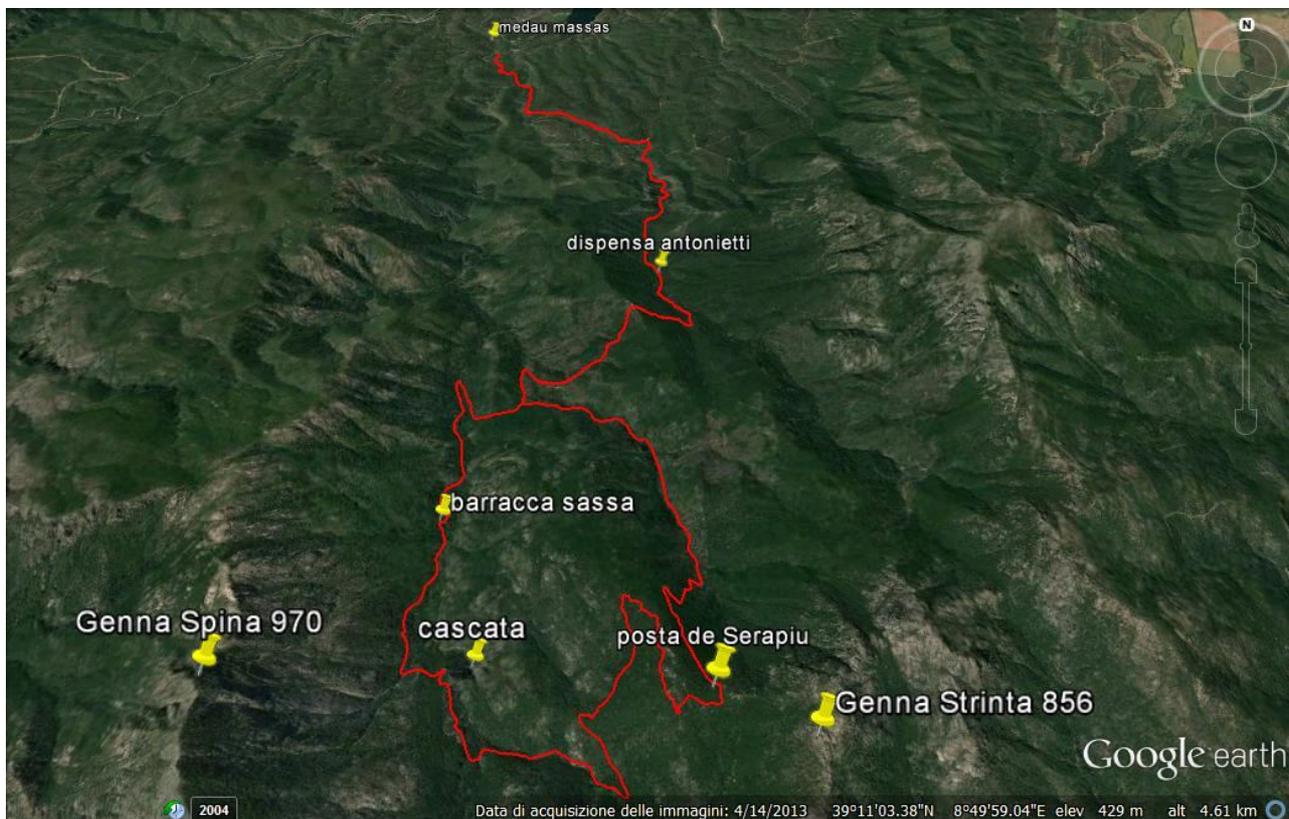
### **ATTENZIONE !!!**

- **la presenza di numerosi guadi impone la massima prudenza nell'attraversamento, i primi 8 sono su fondo in cemento, gli altri 5, i più insidiosi, sono su fondo sassoso e le difficoltà sono legate soprattutto alla portata dei torrenti. Potrebbe esserci l'eventualità di guardare a piedi.**

## Tabella Riassuntiva

Tragitto	Auto proprie
Ritrovo	Rotatoria bivio Siliqua SS 293 ore 8:30
Partenza escursione	Loc medau massas 9:15
Comuni interessati	Siliqua
Località	Medau massas, dispensa Antonietti, rio Marroccu, rio e s'Arinus, posta de Serapius, rio Fenugus, rio Camboni
Percorso	Circolare misto
Lunghezza	22 km
Dislivello cumulato in salita	800 m
N° Guadi	13
Terreno	Sterrata
Pedalabilità	95%
Grado di difficoltà cicloescursionistico	MC+/BC+
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, 2 camere d'aria di scorta
Attrezzatura consigliata	scarpe da trekking basse, pantaloncini con fondello, guanti da MTB, k-way, un cambio in caso di bagno fuori programma
Pranzo	al Sacco da portare nello zainetto personale
Quote di partecipazione	2 euro soci, 8 euro non soci
Prenotazioni e informazioni	Scrivere in lista Mtb oppure alla mia mail <a href="mailto:toshi78@tiscali.it">toshi78@tiscali.it</a> , o cell. 3498704979

## Percorso



## Altimetria



## **Avvertenze**

L'escursione presenta un medio impegno.

Si richiede una buona preparazione fisica e l'utilizzo di un appropriato equipaggiamento.

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 **6**

### **Marzo 2014**

- non si attenderanno i ritardatari; si partirà non oltre cinque minuti dall'ora fissata;
- le indicazioni previste per l'attrezzatura sono obbligatorie e il Direttore di Escursione potrà rifiutare a suo insindacabile giudizio il partecipante non adeguatamente equipaggiato.
- non sono consentite iniziative personali durante lo svolgimento dell'escursione; devono essere seguite le indicazioni e le disposizioni date dal Direttore di Escursione, in modo particolare non precedendolo mai.
- 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 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**

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 non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica dell'escursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica adeguata alla difficoltà dell'escursione;
- di aver preso visione e di accettare incondizionatamente il Regolamento Escursioni predisposto dal CAI-Sezione di Cagliari;
- di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà dell'escursione;
- di assumersi in proprio in maniera consapevole ogni rischio conseguente o connesso alla partecipazione all'escursione e pertanto di esonerare fin da ora il CAI Sezione di Cagliari e i Direttori di Escursione da qualunque responsabilità.

**Direttore di Escursione: Alessio Mereu**