



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni
2020



Sabato 31 Ottobre

13° cicloescursione

PERCORSO AVVENTURA A S.VITO

Una miniera di sorprese nel sarrabus più profondo.



Descrizione (di Monica Melis)

La tredicesima cicloescursione si svolgerà interamente nel territorio di San Vito, ricco di terre selvagge e isolate, ancor di più a seguito dell'ultima alluvione del 2018. Cicloescursione non impegnativa per chilometri e dislivelli, ma difficoltosa per il percorso distrutto dall'ultima alluvione e in parte in stato di abbandono, che ci costringerà a fare del portage in diversi punti.

Si partirà dal parcheggio all'ingresso di San Vito e dopo un breve tratto attraverso strade secondarie, visiteremo un sito caratterizzato da tre Domus de Janas, una delle quali con due camere interne. Ripartiremo e percorreremo una strada asfaltata, che ci impegnerà in salita per un paio di chilometri e circa 500 mt prima del valico (323 slm), svolteremo per un sentiero nascosto dalla vegetazione. I primi 30 metri ripidissimi saranno da fare necessariamente a piedi, poi il sentiero addolcisce le pendenze anche se il passaggio è ostacolato dalla presenza di pietre e molta vegetazione. Occorre fare attenzione alle rampe usate dai riders per saltare, ora rovinate e pericolose. Il single, lunghissimo e avventuroso, continua scendendo verso il torrente che dovremo attraversare in maniera rocambolesca più di una volta. Dopo, il percorso





comincia ad essere più pulito e gli attraversamenti risistemati con muretti o ponti di legno molto pittoreschi. Arrivati nelle vicinanze della miniera di Monte Narba, troviamo un elegante caseggiato probabilmente utilizzato come laveria. Ovunque i danni provocati dell'ultima alluvione sono evidenti, non c'è più neppure la strada, ora coperta da almeno 3 metri di sassi. Qui ci fermeremo a mangiare e a visitare quello che ancora resta della villa della Direzione (Villa Madama), che trovandosi in posizione elevata, non è stata raggiunta dalla valanga di sassi. Nonostante in assoluto stato di abbandono, al suo

interno si possono ammirare i bellissimi affreschi, ancora perfettamente conservati, che ornano gli uffici e la villa, frutto del lavoro di un maggiore austriaco internato col suo contingente nella miniera durante la prima guerra mondiale. Ristorati e riposati, riprenderemo le nostre bici e ritornando sui nostri passi, attraverseremo il Flumini Uri per salire lungo uno sterrato con pendenze impegnative per circa due chilometri. Svolteremo per un sentiero poco visibile, in linea di massima pedalabile fatta eccezione per un paio di rampe in roccia che solo i più allenati faranno in sella. Da qui avremo una splendida vista dall'alto di San Vito. Il single ci riporterà alla strada iniziale dove potremo decidere se concludere la nostra escursione oppure, dando fondo alle nostre ultime energie, fare un ulteriore giro panoramico del paese.



Direttore di Escursione: Monica Melis.
Accompagnatori: Enrico Fadda

Percorso e profilo altimetrico

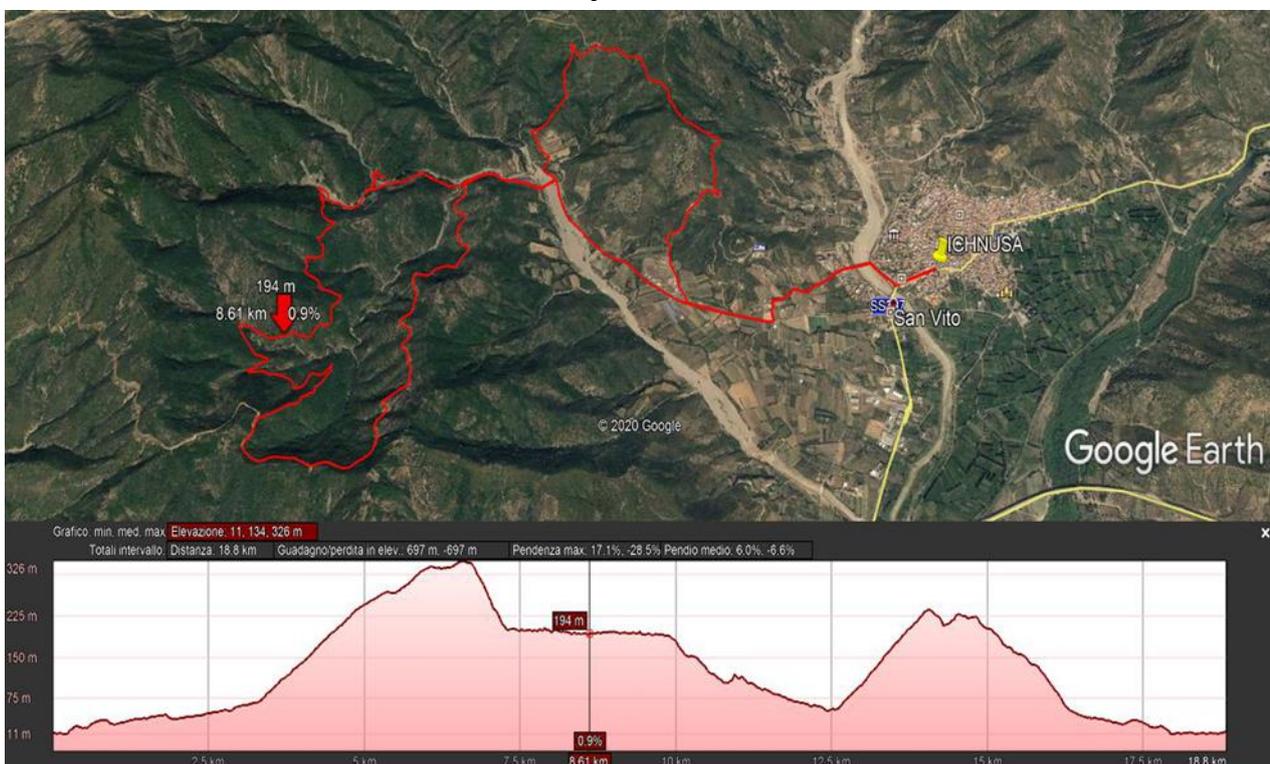


TABELLA RIASSUNTIVA

Tragitto	Auto proprie (strada statale nuova 125 fino a S.Vito)
Ritrovo	Parcheggio sulla sinistra all'entrata di S.Vito dopo il ponte sul Flumini Uri
Partenza escursione	Parcheggio entrata S. Vito ore 8,45 Partenza cicloescursione ore 9,00
Comuni interessati	S. Vito
Percorso	Circolare
Lunghezza	20 km
Dislivello cumulato in salita	700m
Conclusione escursione	Ore 16:00 circa
Località	S. Vito, Masaloni, Monte Narba, arcu sa Pirixedda, bruncu sa Suergia
Terreno	Asfalto Sterrata, Sentiero.
Sorgenti	Nessuna
Pedalabilità	98,00%
Grado di difficoltà	TC/BC+ Salita/discesa
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB adatta e in ottime condizioni, zainetto leggero e comodo, camera d'aria di scorta.
Attrezzatura consigliata	scarpe da trekking, pantaloni con fondello, guanti da MTB, protezione per gambe k-way, integratori energetico-salini, almeno 1 l d'acqua
Pranzo	Al Sacco da portare nello zainetto personale
Partecipanti	Soci e non soci CAI per un totale di 20 partecipanti, i soci hanno diritto di precedenza nelle prenotazioni sino a mercoledì 28 Ottobre, i non soci sono ammessi con riserva, in pratica vengono confermati se a tre giorni dall'escursione ci sono ancora posti liberi, in base all'ordine di prenotazione
Quote	3 euro per i soci CAI, 12 euro per i non soci CAI.
Info e Prenotazioni	Monica Melis monicamelis58@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 cicloescursione se e quando lo riterrà opportuno.
- Le prenotazioni vengono effettuate in ordine di tempo finché ci sono posti disponibili (fino ad un **massimo di 20 partecipanti**) ed è possibile prenotare o disdire entro giovedì **29 ottobre 2020**
- I soci hanno diritto di precedenza nelle prenotazioni, i non soci sono ammessi con riserva, in pratica vengono confermati se 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.
- **Si raccomanda la massima attenzione nel rispettare le regole di distanziamento, indossando la mascherina quando non si utilizza la bicicletta, e seguendo le prescrizioni di sicurezza elaborate dal CAI:**
<https://www.cai.it/wp-content/uploads/2020/06/PROTOCOLLO-per-Partecipanti.pdf>

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 cicloescursione e le annesse avvertenze;
- di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà della cicloescursione;
- 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.