



Club Alpino Italiano - Sezione di Cagliari  
Programma Annuale Escursioni



2021

Sabato 29 maggio 2021

Cicloescursione

## Barrali tra i romani e i prenuragici



### Descrizione *(di Salvatore Cossu)*

Dopo tanti rinvii per causa di forza maggiore, finalmente abbiamo l'occasione di ritornare a pedalare nella Trexenta. Diversi i territori dei comuni che attraverseremo a cominciare da Barrali (punto di partenza e arrivo), Donori, Sant'Andrea Frius, Ortacesus e Pimentel.

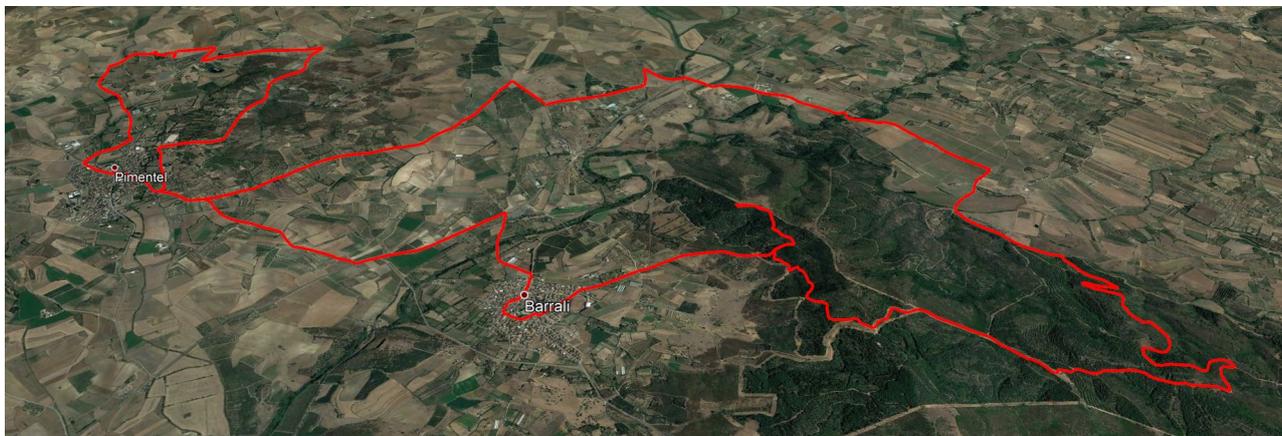
Poco dopo la nostra partenza (km 2) ci addentreremo nel rimboscimento di *monte Uda*, una piccola collina posta tra Barrali, Donori e Sant'Andrea Frius. Attraverso delle piccole e dolci salite ci dirigeremo nell'area picnic, dove è presente un piccolo santuario dedicato a Maria Ausiliatrice. Risaliti in sella continueremo, tra piccoli sali e scendi, mai troppo impegnativi, fino ad immetterci in un sentiero (km 9) che in discesa ci porterà oltre il rimboscimento. Si continuerà prevalentemente in leggera discesa sino a guardare *rio Mannu* (km 12) dove, per chi deciderà di superarlo in sella, potrà esserci il rischio di bagnarsi le scarpe. Il giro ci permetterà di visitare prima la necropoli punico romana di *Mitza de Siddi* (km 16) e poi, dopo aver attraversato Pimentel, il "*Giardino di Lu*", famoso per i suoi tulipani, purtroppo in questo periodo già sfioriti. prima di riprendere la strada del rientro verso Barrali (km 32), ci sarà l'occasione per un'altra tappa all'interno del territorio di Pimentel: le *domus de Janas S'Acqua Salida o Pranu Efis* (Km 22).



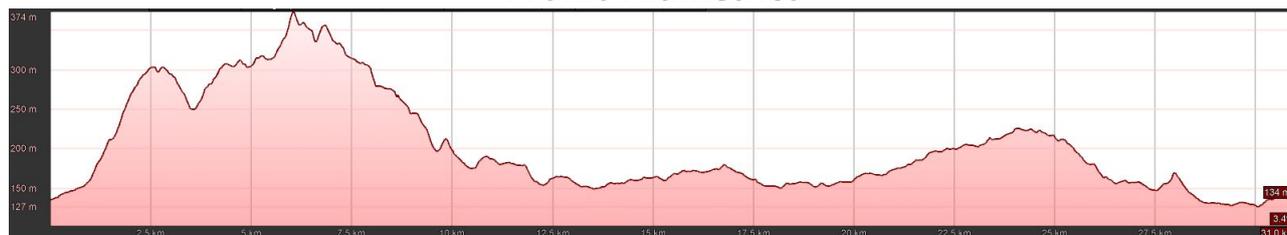
**Direttore di Escursione: Salvatore Cossu**

**Accompagnatori: Salvatore Cossu, Tina Porcu**

## Percorso



## Profilo Altimetrico



## TABELLA RIASSUNTIVA

<b>Tragitto</b>	<b>Auto proprie</b>
<b>Ritrovo</b>	Ore 9:00 presso il parcheggio di Via Guglielmo Marconi, 41 a Barrali
<b>Partenza escursione</b>	Ore 9:30- presso il parcheggio di Via Guglielmo Marconi, 41 a Barrali Coordinate: 39°28'28.9"N 9°06'02.9"E
<b>Comuni interessati</b>	Barrali, Donori, Sant'Andrea Frius, Ortacesus e Pimentel
<b>Percorso</b>	Anello
<b>Lunghezza</b>	32 Km
<b>Dislivello cumulato in salita</b>	550 metri
<b>Conclusione escursione</b>	Ore 17:00 circa
<b>Località</b>	Barrali, Sa Pirixedda, Monte Uda, Spinarba, Niu Caborra, Tanca Campu Pirastu, Is Arenas, Pimentel, Su Pranu Efis, Corongiu Obias.
<b>Terreno</b>	Strada asfaltata, sterrata, single track
<b>Sorgenti</b>	Nessuna
<b>Pedalabilità</b>	100%
<b>Grado di difficoltà</b>	TC/TC (alcuni tratti MC/MC) Salita/discesa
<b>Attrezzatura obbligatoria</b>	Casco, MTB adatta e in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, camera d'aria di scorta. Mascherina e gel sanificante
<b>Attrezzatura consigliata</b>	Scarpe da trekking basse, pantaloni con fondello, guanti da MTB, integratori energetico-salini, almeno 1 lt d'acqua, ulteriore camera d'aria di scorta, k-way.
<b>Pranzo</b>	Al Sacco da portare nello zainetto personale
<b>Partecipanti</b>	Solo soci CAI per un totale di 20 partecipanti
<b>Quote</b>	3 euro
<b>Info e Prenotazioni</b>	Tore Cossu – mail: <a href="mailto:tore.cossu9@gmail.com">tore.cossu9@gmail.com</a> - Telefono: 349 7794510

## **Avvertenze**

L'escursione presenta un medio impegno fisico e basse capacità tecniche.

- 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 **27 maggio 2021**.
- L'escursione è riservata ai soli soci CAI.
- 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/2021/05/Indicazioni-per-il-riavvio-delle-attivita%3A0-escursionistiche-e-cicloescursionistiche-sezionali.pdf>

