



Club Alpino Italiano - Sezione di Cagliari  
Programma Annuale Escursioni



2022

2 ottobre 2022

14° Cicloescursione

## Il parco della Giara in MTB



### Descrizione (Pau Fabio)

Il *parco della Giara*, denominato anche *Giara di Gesturi* o *Sa Jara Manna*, è un altopiano basaltico compreso tra i comuni di *Genoni*, *Gesturi*, *Setzu* e *Tuili*, vantando un'estensione di circa 44 Km<sup>2</sup>. L'altopiano ha un'altezza media di circa 550 metri, con i punti più alti costituiti da *Zepparedda* (609 m s.l.m.) e *Zeppara Manna* (580 m s.l.m.). Dal 1995 è riconosciuta come area SIC (Sito di Interesse Comunitario).

La *Giara* è conosciuta soprattutto per essere l'habitat degli ultimi cavalli selvaggi d'Europa, i famosi cavallini della Giara, che alcuni ipotizzano siano stati introdotti in *Sardegna* nell'età del ferro dai Fenici, altri che discendano dai cavalli dalla *Numidia*. Altro elemento caratteristico di questo luogo sono i "paulis", acquitrini temporanei e poco profondi dove ristagna l'acqua piovana in corrispondenza di depressioni della colata lavica. Ci sono circa 30 *paulis* e in primavera sfoggiano una meravigliosa veste bianca in quanto ricoperti dai ranuncoli acquatici in fiore.

La nostra cicloescursione parte dai parcheggi posti all'ingresso del parco lato *Gesturi* (0 km, 575 m) e su buona sterrata ci avviamo prima al *pauli Camisa* (0,350 km, 580 m s.l.m.) e successivamente al *pauli Perdosu* (0,650 km, 580 m s.l.m.), dove svolteremo su un'altra sterrata, a tratti dissestata, fino a giungere ai resti del *nuraghe Taro* (1,5 km, 575 m s.l.m.). Una breve visita al nuraghe e ripercorrendo la strada appena fatta fino al *pauli Perdosu* riprendiamo a pedalare su buona sterrata dove fiancheggeremo il *pauli Oromeo* (3,1 km, 580 m s.l.m.), il *Coili Sa Bovida*, il *Coile Feurras*, un piccolo santuario dedicato alla *Madonna* (4,5 km, 585 m s.l.m.) fino a giungere a *Zeppara Manna* (12,4 km, 580



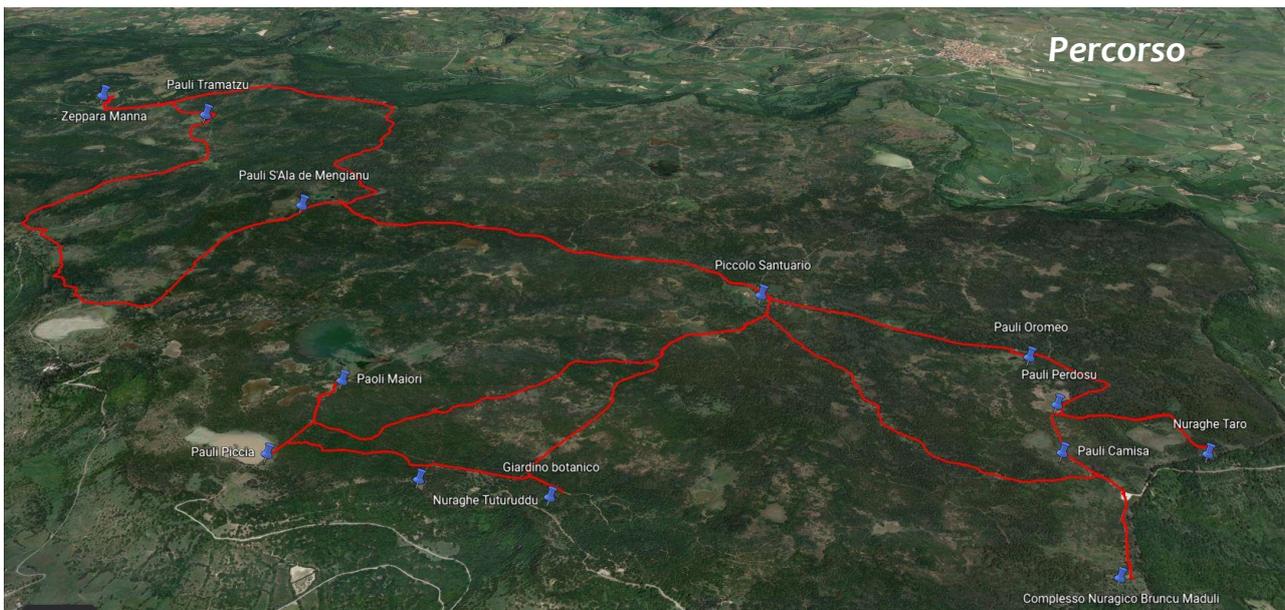


m s.l.m.), da dove potremo ammirare il bellissimo panorama sulla *Giara*. Proseguendo sul nostro itinerario passeremo affianco al *Pauli Tramatzu* (13,7 km, 540 m s.l.m.) e giunti in località *Azzaroni* (16,3 km, 545 m s.l.m.) lasceremo la comoda sterrata per immetterci su una mulattiera non sempre ben visibile, che presenta un fondo a tratti tecnico con roccette sporgenti, sassi smossi e canali formati dalle acque meteoriche. Dopo aver scavalcato un muretto a secco con la bici in spalla (16,9 km, 560 m s.l.m.), il fondo della mulattiera

migliorerà leggermente, fino ad arrivare al *Cuili Aggiu* (17,5 km, 570 m s.l.m.) dove, reinnestati su una buona strada sterrata, andremo verso il *Pauli Sala Mengianu* (19,1 km, 565 m s.l.m.) e la *Funtana S'Ala De Mengianu* (19,6 km, 565 m s.l.m.). Torniamo verso il piccolo santuario dedicato alla *Madonna* visto in precedenza (22,7 km, 585 m s.l.m.) per svoltare verso l'ingresso del parco sul lato di *Tuili*. Inizialmente pedaleremo su una discreta sterrata per poi innestarci su un single track, uno stretto sentiero dove può passare solo una bici per volta (23,6 km, 585 m s.l.m.), che presenta dei tratti tecnici con qualche roccetta e solco; inoltre la vegetazione bassa e abbondante potrebbe creare difficoltà nella pedalata, oltre che arrecarci qualche graffio. Attraversiamo il *cabrili becciu* (24,8 km, 580 m s.l.m.), un vecchio caprile con due pinneti integri e con delle strutture utili all'allevamento, per poi giungere al *Pauli Maiori* (25,8 km, 570 m s.l.m.) ed al *Pauli Piccia* (26,5 km, 565 m s.l.m.) per poi concludere il single track nei pressi del *nuraghe Tutturu* (27,3 km, 575 m s.l.m.). Su una stretta sterrata ci dirigiamo verso il giardino botanico di "*Morisia*" (28km, 575 m s.l.m.) per poi riprendere la via del rientro, prima su una stretta sterrata con diverse rocce affioranti e poi su una buona sterrata (29,2 km, 585 m s.l.m.) che ci riporterà ai parcheggi dove abbiamo le nostre auto (32,2 km, 575 m s.l.m.). Ma il nostro giro non finisce qua, ancora qualche pedalata per arrivare al complesso nuragico di *Bruncu Mudugui* (32,6 km, 565 m s.l.m.) e solo dopo la sua visita torneremo alle nostre auto per la conclusione di questa cicloescursione (33,2 km, 575 m s.l.m.).

**Direttore di Escursione:** Pau Fabio

**Accompagnatori:** Fabio Pau, Tina Porcu



## TABELLA RIASSUNTIVA

<b>Tragitto</b>	Auto proprie
<b>Ritrovo</b>	Primo appuntamento – Ore 7:00 presso il Bar Serena Quartucciu Secondo appuntamento - Ore 8:30 presso i parcheggi posti all'ingresso del parco lato Gesturi ( <a href="https://maps.app.goo.gl/amXakUrmjFuH6">https://maps.app.goo.gl/amXakUrmjFuH6</a> ) Coordinate 39°44'8.97"N - 8°59'55.79"E
<b>Partenza escursione</b>	Ore 9:00
<b>Comuni interessati</b>	Genoni, Gesturi, Setzu e Tuili
<b>Percorso</b>	Percorso con più anelli e qualche tratto a bastone
<b>Lunghezza</b>	33 km
<b>Dislivello cumulato in salita</b>	200 m
<b>Conclusione escursione</b>	Ore 17:00 circa
<b>Terreno</b>	strada sterrata, mulattiera e single-track
<b>Sorgenti</b>	2 fontane a circa metà percorso
<b>Pedalabilità</b>	Pedalabile al 100 %
<b>Grado di difficoltà</b>	TC/TC (qualche tratto MC/MC) Salita/discesa ( <a href="https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/scala-difficolta-per-il-cicloescursionismo-in-mtb/">https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/scala-difficolta-per-il-cicloescursionismo-in-mtb/</a> )
<b>Attrezzatura obbligatoria</b>	<b>Casco, MTB adatta e in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, camera d'aria di scorta.</b>
<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.
<b>Pranzo</b>	Al Sacco da portare nello zainetto personale.
<b>Partecipanti</b>	Soci e non soci CAI.
<b>Quote</b>	Gratis per i soci CAI. 7,50 euro per i non soci.
<b>Info e Prenotazioni</b>	Per prenotazioni inviare messaggio a Fabio mediante WhatsApp al 3389812672 oppure tramite e-mail all'indirizzo: <a href="mailto:pau.fabio@tiscali.it">pau.fabio@tiscali.it</a>

## 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 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 ( <https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/regolamento/> );
- 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.

## **Avvertenze**

L'escursione presenta un impegno fisico basso.

- 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, a suo insindacabile giudizio, potrà non accettare alla cicloescursione il partecipante non adeguatamente equipaggiato e/o preparato;
- il Direttore di Escursione può variare il percorso della cicloescursione se e quando lo riterrà opportuno
- è possibile prenotare o disdire entro e non oltre giovedì **29 settembre**;
- 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 la cicloescursione;
- non assumiamo alcuna responsabilità per quanto accade in escursione, tutti partecipano a loro rischio e pericolo;
- l'alimentazione dovrà essere adeguata alle nostre esigenze fisiche e a quelle climatiche. Indispensabile una buona scorta d'acqua e/o integratori energetico-salini;
- con l'adesione alla cicloescursione si autorizza alla pubblicazione delle proprie immagini fatte durante la cicloescursione per uso di divulgazione e resoconto dell'attività del gruppo. Sarà vietato l'uso di queste immagini in contesti che ne pregiudichino la dignità personale ed il decoro. La posa e l'utilizzo delle immagini sono da considerarsi effettuate in forma gratuita;
- l'inosservanza di queste regole può causare l'esclusione temporanea o definitiva di un partecipante dalla presente e/o dalle escursioni successive.

**NB: prima della partenza chiederemo di firmare obbligatoriamente il modulo di autodichiarazione collettivo, nel quale si dichiara di avere tutti i requisiti richiesti in questa descrizione e accettare integralmente quanto specificato nella dichiarazione di esonero di responsabilità e nelle avvertenze.**

