



Club Alpino Italiano - Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni



2024

Sabato, 7 settembre 2024

11° Cicloescursione

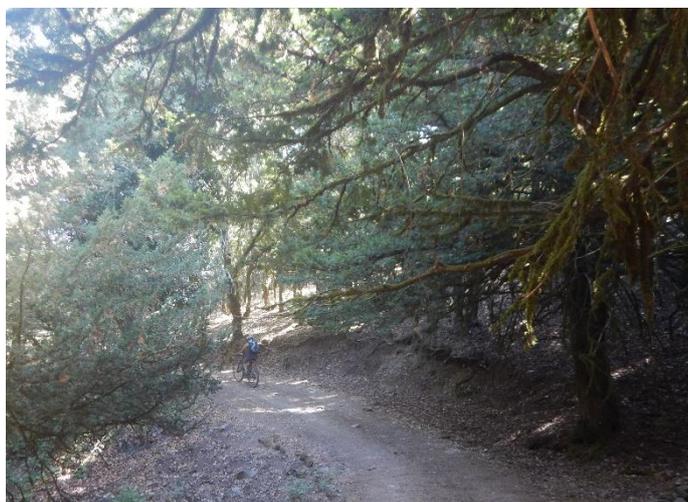
Goceano



Descrizione (di Alessandro Figus)

La cicloescursione, si svolge nel territorio del Goceano (nome in lingua sarda *Sa Costèra*) sub-regione della Sardegna centro settentrionale che comprende il tratto del bacino superiore del fiume Tirso, di fronte al quale si affaccia la catena montuosa che porta il nome della sub-regione stessa. Secondo lo storico Giovanni Francesco Fara, il Goceano, in latino *Gothiani*, dovrebbe il suo nome ai Goti che vi si stabilirono, mentre secondo altri il termine Goceano, o *Guttiánu*, deriverebbe da *Gúttiu*, ossia goccia, ad indicare l'abbondanza di sorgenti d'acqua. I comuni che fanno parte del Goceano sono Anela, Benetutti, Bono, Bottidda, Bultei, Burgos, Esporlatu, Illorai e Nule. Le principali risorse del suo territorio sono la cerealicoltura, praticata nel fondovalle, la pastorizia e lo sfruttamento forestale. Pedaleremo nell' area boschiva demaniale più alta della Sardegna nei territori dei comuni di Anela, Bono, Bultei e Bottidda. La pedalata non presenta difficoltà tecniche di rilievo, considerato il buon fondo delle sterrate.

Partiremo da un'area denominata Forest' Anela che appartiene al demanio di Stato dal 1886; da allora vi sono state opere di rimboschimento con faggi, castagni, cedri dell'Atlante, pini neri, ontani e abeti. Il faggio si rinnova spontaneamente, creando un paesaggio da bosco appenninico. Qui



si trova la Caserma Demanio Forestale e la Base Forestale elicotteri dove possiamo parcheggiare le nostre auto. Presente sempre nello stesso sito un'area picnic chiamata Sa Minda con tavoli e acqua. Ci dirigiamo verso sud-ovest e dopo aver superato il passo Ucc' Aidu (km 4) incontriamo subito dopo l'area attrezzata di Seddardesilo e Funtana de s' Abba Fritta e il monumento naturale Tassi de sos Niberos sul versante nord-orientale del monte Rasu. Questa è la più grande foresta di tassi in Italia, dichiarata nel 1994 monumento naturale dalla Regione Sardegna. La foresta, posta a 1000 metri s.l.m., è in parte pura, in parte mista ad *agrifogli*, *lecci* e roverelle. Le dimensioni degli esemplari di tasso sorprendono, il più grande ha un'altezza di circa 11 metri e una circonferenza del tronco pari a 7,05 metri a un metro di altezza. Dopo ancora un chilometro di salita impegnativa, lasciandoci alle spalle il Monte Rasu (mt 1259 slm), ci aspetta una lunga discesa (km 3 circa). Qualche sali-scendi e ci dirigiamo verso l'area di sosta Sa Puntighedda nella Foresta di Monte Pisano (non prima di esserci passati le biciclette a mano per innestarci un sentiero per raggiungerla). Siamo ora sulla strada SP6 asfaltata che percorreremo per circa 3,8 km. Siamo ora al km. 17 del giro. Attraversiamo il campeggio montano Badu Addes per poi giungere ai resti della fortezza medioevale denominata Castrum di San Giorgio Aneletto. Questo insediamento era un avamposto militare costruito in epoca bizantina ad oltre mille metri di altezza, composto da una cinta muraria di circa 300 metri con quattro torri angolari, dove all'interno della muraglia si sono trovati i resti delle fondazioni delle case dell'antico abitato ed anche alcune sepolture.

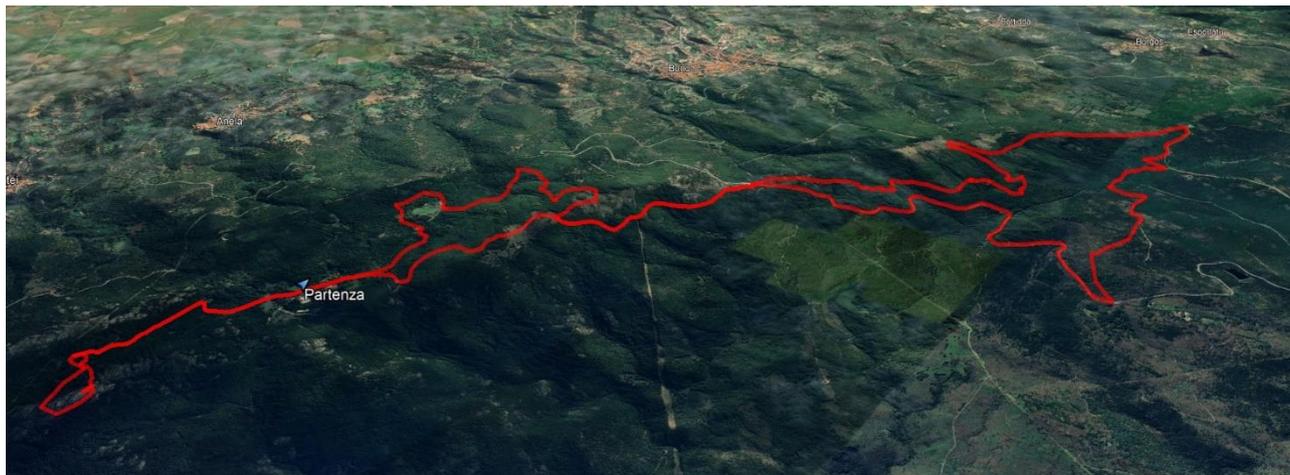
Al di sopra di una delle torri si trovano le rovine di una piccola chiesa romanica dedicata a San Giorgio di Aneletto. Si prosegue verso il punto di partenza per superarlo e dirigersi a nord verso un rifugio montano e Punta Masiennera (mt 1157 slm) in cui i grandi cedri dell'Atlante si ergono al centro di prati che in primavera diventano coloratissime distese di fiori. Qui la vista spazia a 360 gradi dai monti di Pattada sino alla costa di Bosa, passando per i monti della Gallura, il monte Corراسi e il massiccio del Gennargentu. Dall'altipiano, le acque defluiscono su due opposti versanti, dando luogo ai principali affluenti dei fiumi Coghinas e Tirso. Percorriamo un piccolo e facile singletrack per poi fare rientro alle macchine.

Direttore di Escursione: Alessandro Figus

Accompagnatori: Alessandro Figus, Maria Antonietta Carta



Percorso



Profilo altimetrico



TABELLA RIASSUNTIVA

Tragitto	Auto proprie
Ritrovo	Primo appuntamento: ore 6:00 presso il parcheggio di Mediaworld a Cagliari/Sestu Secondo appuntamento: ore 9:00 presso il parcheggio della Caserma Forestale di Anela Google maps: https://maps.app.goo.gl/gTCJ1L1LiZ8P9KcS6
Partenza escursione	Ore 9:30
Comuni interessati	Anela, Bono, Bultei e Bottidda
Percorso	Percorso con 3 anelli
Lunghezza	28
Dislivello cumulato in salita	760 m
Conclusione escursione	Ore 17:00 circa
Località	Forest' Anela, Seddardesilo, Tassi de sos Niberos, Monte Rasu, Sa Puntighedda, Badu Addes, Punta Masiennera
Terreno	Sterrata, mulattiera, tratti di strada asfaltata e su fondo cementizio
Pedalabilità	100%
Grado di difficoltà	MC+/MC + Salita/discesa (https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/scala-difficolta-per-il-cicloescursionismo-in-mtb/)
Attrezzatura obbligatoria	Casco, MTB adatta e in buone condizioni, zaino leggero e comodo, camera d'aria di scorta.
Attrezzatura consigliata	Scarpe da trekking o da ciclismo basse, pantaloni con fondello, guanti da MTB, integratori energetico-salini, almeno 1,5 lt d'acqua, ulteriore camera d'aria di scorta, k-way.
Pranzo	Al Sacco da portare nello zaino personale
Partecipanti	Soci e non soci CAI per un totale di 30 partecipanti . I soci hanno diritto di precedenza nelle prenotazioni, i non soci sono ammessi con riserva, in pratica vengono confermati se a due giorni dall'escursione ci sono ancora posti liberi, in base all'ordine di prenotazione.
Quote	3 euro per i soci CAI. 15 euro per i non soci.
Info e Prenotazioni	Alessandro Figus - Prenotazioni e in info tramite whatsapp al 347 941 5224

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 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 grado di impegno fisico medio/alto;

- *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 30 partecipanti**) ed è possibile prenotare o disdire entro **giovedì 5 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 si assume 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 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.

