



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
**Programma Annuale Escursioni
2019**



domenica 29 settembre

16^a ESCURSIONE SOCIALE

Foresta Montarbu di Seui

Tragitto	in auto proprie
Ritrovo	Park MediaWorld - ore 07.15
Riferimento cartografico	IGMI Serie 25 scala 1:25 000 Foglio 531 Sez. III e Sez. IV
Comuni interessati	Seui
Lunghezza	13 km circa
Dislivello in salita	600 m circa
Dislivello in discesa	500 m circa
Tempo di percorrenza	6 ore circa (pausa pranzo esclusa)
Difficoltà	E
Tipo di terreno	Sterrata, sentiero, tracce di sentiero;
Interesse	Paesaggistico
Segnaletica	parziale (T-112 e T-113)
Attrezzatura	Vestiario adatto alla stagione; Scarponi da trekking;
Pranzo	al sacco
Acqua	Scorta adeguata alla stagione
Rientro previsto a Cagliari	Ore 19,00 circa
Prenotazioni	al n.335/574.8052 (Gianni)

Una splendida escursione nella magnifica foresta di Montarbu



Descrizione generale

La foresta di Montarbu si estende per circa 2.700 ha. Il nucleo più antico è costituito da un bene ex-ademprivile di circa 1668 ettari, venduto nel 1926 dalla Cassa di Credito Agrario di

Cagliari all'Azienda di Stato per le Foreste Demaniali. Con la costituzione della Regione Autonoma della Sardegna nel 1948, la Foresta Demaniale di Montarbu divenne patrimonio regionale e successivamente ingrandita nel 1965 quando il comune di Seui alienò all'A.F.D.R.S altri 1098 ettari contigui al complesso originario.

Fino agli anni '40 il vecchio Demanio era costituito per la maggior parte da soprassuoli di leccio, con grande predominanza di fustaia, che venivano utilizzati per soddisfare la grande richiesta di combustibile del periodo bellico e pre-bellico quando tutto il materiale ricavato dai tagli veniva carbonizzato e poi trasferito via ferrovia ai porti di Arbatax e Cagliari per essere spedito nel resto d'Italia, in Francia e Spagna.



Dopo il 1965, sui circa 1000 ettari di terreni comunali acquistati dall'A.F.D.R.S dal comune di Seui, vennero avviati i lavori di rimboschimento, finanziati coi fondi del "Piano di Rinascita".

Nel 1989, ai sensi della L.R. 31/89, circa il 70% della superficie della foresta di Montarbu è stata inclusa nella proposta di Parco naturale del Gennargentu, mentre la parte nord del territorio della foresta ricade nel S.I.C.

All'interno del suo perimetro, il complesso forestale ospita aree di interesse naturalistico come l'imponente falesia calcarea del Tonneri, culminante con la maestosa cima del Margiani Pubusa che con i suoi 1324 metri è la massima altitudine del territorio.

La Foresta Demaniale è attraversata da numerosi corsi d'acqua tra i quali il più importante è naturalmente il Flumendosa, che costituisce il limite nord del Complesso Forestale. Altri corsi d'acqua, che sono a carattere perenne e traggono quasi tutti origine dal massiccio calcareo sono il rio Ermolinos, il rio Funtana d'Oru ed il Liscerzu.

Numerose sono anche le sorgenti che sgorgano in grande abbondanza nell'area dei calcari; tra le più importanti ricordiamo le sorgenti di Funtana d'Oro, Strumpu Seidi, S'Orroli, Pirarba, Is Medduris, Nuletta, Middai e Funtana Dorada.

La morfologia della zona è quella estremamente movimentata tipica dei calcari mesozoici sardi, con altopiani che si elevano tra profonde vallate incise dall'azione erosiva dei corsi d'acqua, con la caratteristica presenza di dirupi, falesie, doline, inghiottitoi, torrioni, guglie e gole profondamente incise. Solo nelle aree dove affiorano gli scisti paleozoici (che si estendono per circa il 40% della superficie della foresta) la morfologia si fa più dolce.



La foresta ospita un patrimonio faunistico molto importante e per questo motivo è diventata oasi di protezione faunistica già nel 1980.

Tra le specie animali da segnalare ricordiamo il muflone, facilmente osservabile e non di rado possibile da incontrare mentre pascola in numerosi branchi, l'aquila reale e il gatto selvatico. E poi l'aquila del Bonelli, il falco pellegrino, la poiana, lo sparviero, l'astore, il nibbio, il grifone, l'avvoltoio monaco e degli agnelli ed il ghio.

Nel 1975 è stato reintrodotta il daino e nel 1991 il cervo.

La vegetazione è macchia mediterranea composta da boschi naturali di leccio, agrifoglio, tasso ed acero trilobo. Da segnalare anche l'importante presenza di rari endemismi di grande rilievo scientifico e naturalistico, nonché la presenza dei paleoendemismi, specie di antica formazione che si sono evolute in isolamento.

Come si arriva

Il ritrovo è previsto per le ore 07.15 a Sestu - Parcheggio Mediaworld lato ex Carlo Felice. Dal Parcheggio Mediaworld ci immettiamo sulla SS.131, che percorriamo con direzione Oristano fino all'altezza di Monastir. Lasciamo la SS.131 e seguendo le indicazioni per Senorbì, prendiamo la SS.128. Dopo Mandas lasciamo la SS.128 per prendere la SS.198 con direzione Sadali/Seui. Dopo aver superato Seui proseguiamo per la SS.198 in direzione Ussassai, dopo il Km.46 si gira a sinistra (indicazioni San Cristoforo) per la strada montana. Dopo circa 5 km si svolta a destra per la strada d'accesso alla Foresta demaniale di Montarbu, che percorriamo per circa 1 km, da dove inizia la nostra escursione a piedi. Distanza totale da Cagliari circa 110 km.



Itinerario

Lasciate le auto (punto 1 - quota 860 m) imbocchiamo il sentiero T-113 che su carrareccia ci conduce all'interno della foresta di Montarbu con un percorso in dolce salita.

Il percorso ci permette di ammirare un autentico monumento naturale : S'Illixi 'e Canali (pto. 2 m. 1046). Si tratta di un magnifico esemplare di Leccio di oltre 25 m di altezza, superstite patriarca della foresta di un tempo.

La traccia prosegue raggiungendo dapprima quota 1130 metri s.l.m. per poi ridiscendere verso quota 950 ed intraprendere infine una ulteriore salita con pendenze significative verso il finale del tratto, che conduce al passo di *Sa scala e sa Marra*. (Pt.3 - 1156 m).

Da qui è possibile ammirare un bel panorama, verso i monti del Gennargentu.

Il segnavia T-113 prosegue lungo il passo, ma noi lo abbandoniamo per restare all'interno della foresta. Prendiamo sulla nostra destra una traccia ben evidente che si inoltra nel bosco, seguendo l'andamento delle curve di livello per aggirare i contrafforti di Montarbu.

Per circa 700 m il sentiero si mantiene evidente ma dal punto 4 (alla quota di 1.165 m) sparisce e per circa 2 km fino al punto 5 (quota 1181 m) proseguiamo sotto un bel bosco seguendo esili tracce di sentiero, non sempre evidenti.

Sarà molto importante mantenere un costante contatto visivo con gli altri componenti del gruppo, onde evitare di perdere l'orientamento.

Arrivati al punto 5 intercettiamo il segnavia T-112 (che dalla caserma forestale porta alla punta di Margiani Pubusa) che noi imbocchiamo in discesa.

Arrivati al punto 6 (1013 m) abbandoniamo il sentiero T-112 e riprendiamo il segnavia T-113 che attraverso un bel percorso sotto il bosco ci condurrà ad un bel punto panoramico (pt 7 1032 m). Da qui la vista spazia a 360 gradi sull'intero compendio forestale.

The graph displays the altitude of a skydiver over time. The y-axis represents altitude in meters, ranging from 100 to 1200. The x-axis represents time in seconds, ranging from 0 to 12000. A solid red horizontal line is drawn at 1200m, representing the initial altitude. The blue line shows the skydiver's altitude, which starts at approximately 850m, rises to a peak of about 1150m at 6000s, and then gradually decreases to around 950m at 12000s. The graph includes a dashed grid and a solid red horizontal line at 1200m.

L'alimentazione deve essere adeguata alle esigenze fisiche e climatiche. E' sempre raccomandata una buona colazione e, durante l'escursione, piccole integrazioni (pane, fette biscottate, frutta, barrette energetiche). Si eviti di appesantire lo stomaco con cibi di lenta digestione e soprattutto di assumere bevande alcoliche. Sarà utile disporre di almeno 2 lt. d'acqua.

Norme di comportamento da tenersi durante le escursioni

1. Per motivi di sicurezza, ogni componente del gruppo durante l'escursione deve stare sempre dietro il Direttore di Escursione e ne dovrà seguire scrupolosamente le indicazioni; il non attenersi vale come rinuncia implicita al nostro accompagnamento; non sono consentite iniziative personali durante l'escursione. Ogni partecipante ha il dovere di contribuire alla buona riuscita dell'escursione, con un comportamento attento e prudente e di massima collaborazione.
2. Mettersi a disposizione del Gruppo, regolare la propria andatura sulla base del passo del Direttore di Escursione; evitare di attardarsi per non rallentare l'intero gruppo ma anche di camminare troppo veloci e diventare una spina nel fianco del Direttore di Escursione; per quanto possibile sfruttare le soste anche per espletare le proprie esigenze fisiologiche.
3. Chi dovesse fermarsi per necessità fisiologiche lasci lo zaino lungo il sentiero e chi chiude la fila saprà che deve attenderlo.
4. Regolare la propria andatura in modo da mantenere un costante contatto visivo con chi ci precede e con chi ci segue; nei bivi non segnalati o comunque in caso di dubbio sul percorso da seguire, non avventurarsi sulla presumibile traccia, ma nel caso in cui si sia perso il contatto visivo con chi ci precede, occorre fermarsi lungo il sentiero e non procedere oltre. Attendere chi chiude la fila che saprà quale direzione prendere.
5. Non è gradito che si fumi durante l'escursione.
6. E' fatto assoluto divieto di lasciare qualsiasi tipo di rifiuto, COMPRESO QUELLI RITENUTI BIODEGRADABILI; i rifiuti si riportano a casa.
7. Silenziare la suoneria dei telefonini ed evitare, se non per casi di urgenza, di farne uso se non per effettuare delle foto, per effettuare le quali - si ricorda - è consigliabile fermarsi e là dove la stabilità fosse precaria, cercare un appoggio sicuro.

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.

Direttori di Escursione

Claudio Simbula (ASE), Gianni Cotza