



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
PROGRAMMA ANNUALE ESCURSIONI
2020



Domenica 25 Ottobre 2020

14^a ESCURSIONE

P. Pibera – P. Camedda – G. Eidadi

Tragitto		in auto proprie
Ritrovo	1	Sestu – Park Mediaworld - ore 07.30
Ritrovo	2	Parco Perd'e Pibera - ore 08.30
Riferimento cartografico		Foglio IGMI scala 1:25000 F.546 Sezione II
Comuni interessati		Gonnosfanadiga
Lunghezza		12,5 km circa
Dislivello in salita		950 m circa
Dislivello in discesa		950 m circa
Tempo di percorrenza		6,30 ore circa (pausa pranzo esclusa)
Difficoltà		EE
Tipo di terreno		Sentiero, sterrata, brevi tratti esposti su roccette.
Interesse		Paesaggistico
Segnaletica		Parziale
Attrezzatura		Vestitario adatto alla stagione; Scarponi da trekking;
Pranzo		al sacco
Acqua		Scorta adeguata alla stagione (almeno 2 litri)
Rientro previsto a Cagliari	Ore 18,00 circa	
Prenotazioni		al n. 335.5748052 (Gianni) dal 19/10 solo SMS o WhatsApp.
Escursione riservata ai soci; max n. 20 partecipanti; contributo organizzativo 3 euro;		

Norme di comportamento per il contenimento emergenza Covid19

Leggere attentamente le indicazioni riportate nell'apposito paragrafo



Escursione impegnativa, riservata ad escursionisti esperti, con ampi tratti su sentiero sotto il bosco ed impegnativi passaggi fuori sentiero. Itinerario di grande fascino escursionistico, con scorci panoramici su uno scenario di incomparabile bellezza, a due passi da Cagliari

Descrizione generale

La Punta Cammedda (m 1212) appartiene al compendio del Monte Linas e rappresenta la seconda cima più alta dell'intera Sardegna meridionale.

Il gruppo montuoso del Linas sorge a Nord-Ovest nella provincia di Cagliari ed è compreso nei territori di Villacidro e Gonnosfanadiga verso il Campidano, Domusnovas e Iglesias verso Sud Ovest e Fluminimaggiore a Ovest.

Riveste una grande importanza dal punto di vista naturalistico ed escursionistico per il suo aspetto incontaminato e selvaggio e per le numerose attrattive naturali.

Presenta una grande varietà di fenomeni geologici: un basamento granitico che affiora compatto anche oltre i mille metri, resti del mantello paleozoico di scisti cristallini, faglie e coni di deiezione. Le groppe arrotondate di scisto paleozoico sormontano profondi valloni scolpiti dall'erosione.

Le cime più alte (tre) superano i 1200 metri e si trovano nel comune di Gonnosfanadiga, mentre altre che vanno oltre i 1000 metri interessano i territori di Villacidro, Domusnovas e Fluminimaggiore.

La maggior parte della superficie è coperta da macchia-foresta nella quale predomina il bosco di leccio, con la presenza della sughera, dell'acero minore, l'olivastro, il corbezzolo, il mirto, l'erica, la fillirea, l'oleandro, fino a specie endemiche e rare.

Il cinghiale, la volpe, la lepre, la donnola, il riccio, il gatto selvatico, il falco pellegrino, il gheppio, lo sparviero, la poiana, la ghiandaia, il corvo imperiale, la pernice sarda, sono alcune delle molteplici specie faunistiche che popolano questo territorio

Come si arriva

Un primo ritrovo è previsto alle ore 07.30 a Sestu - Parcheggio Mediaworld lato ex Carlo Felice, da dove ci immettiamo sulla SS.131, che percorriamo in direzione Oristano fino all'altezza di Sanluri. Da qui lasciamo la SS.131 e, seguendo le indicazioni per S.Gavino, percorriamo la SS.197 fino a Gonnosfanadiga.

Si attraversa il paese seguendo le indicazioni per il parco Comunale di *Perd'e Pibera*, che dista circa 6 Km dal paese.

Nel parcheggio del Parco è previsto il secondo punto di ritrovo per le ore 08.30.



Itinerario a piedi

Lasciate le auto (pt 1 q. 370 m slm), risaliamo in direzione SE la sterrata del parco, che porta verso *Genna Farracceus*. Dopo circa 15' (pt.2 – q.450 m) lasciamo la sterrata e pieghiamo a dx per una mulattiera che, sotto il bosco, si inerpica seguendo dapprima il corso del *Canale Srementus*, tagliando le curve di livello in costante e sostenuta salita. Il sentiero è molto ben tenuto, oggetto di recente opera di ripulitura da parte del Comune di Gonnos. Incontriamo lungo il percorso due fontanelle (segnate nella carta con la S). Trascuriamo alcune deviazioni e, arrivati al punto 3 (q.760 m) svoltiamo

decisamente verso O sino a raggiungere *S'Argiola Camedda* (pt 4 – q.882 m) un vasto pianoro molto panoramico, con una stupenda vista sulla parte inferiore del *Canale Mau* , proseguiamo l'irta salita fino a raggiungere la *Punta Conca de Sa Rutta* (q.1080).

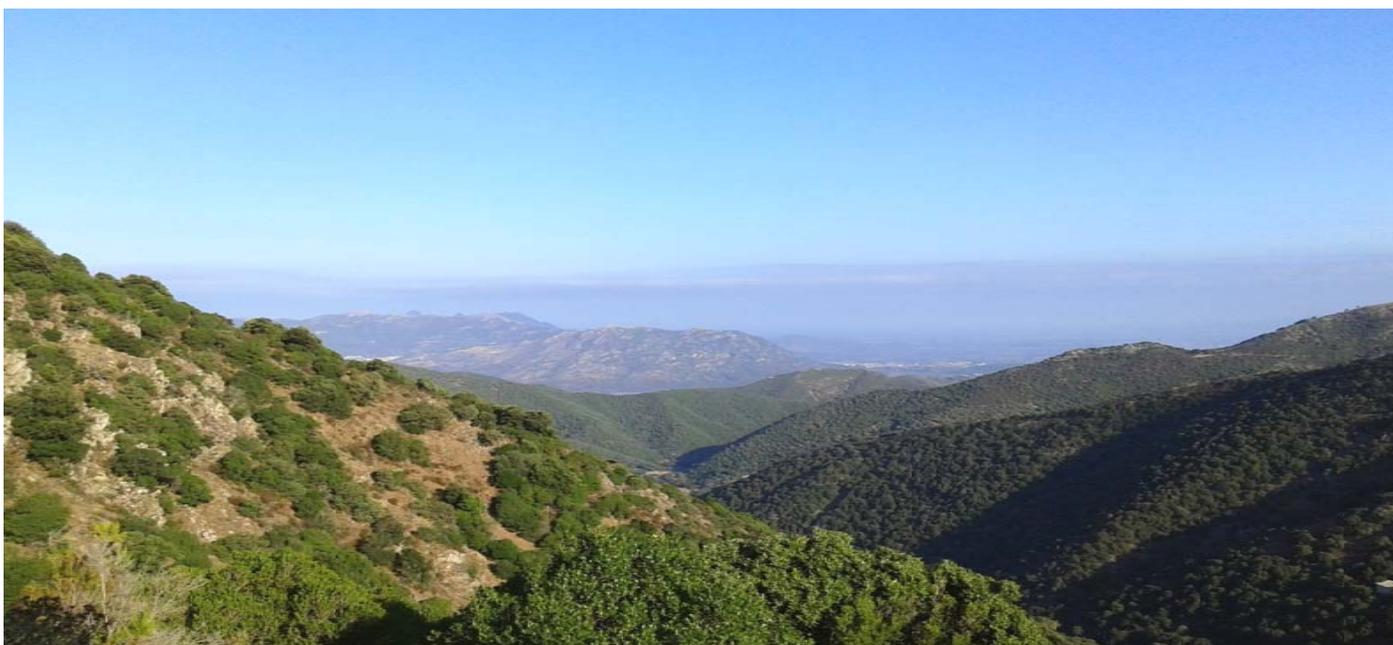
Da qui procedendo con attenzione su pietraia, seguendo come indicazioni alcuni omini segnava, aggiriamo la cresta rocciosa e guadagniamo con non poca fatica la nostra meta.

Siamo finalmente in vetta alla *Punta Cammedda* (pt.5 q.1214 – 3.15' dp).

Da qui il panorama è bellissimo: in lontananza a N/E si vede la Giara di Gesturi ed il Monte Arci; a N Arcuentu e M.Maiore e poi più vicino a noi: Punte S.Miali, Magusu, Muru Mannu, m. Lisone, e tutte le altre punte del complesso del Linas.

Dalla vetta si segue la cresta SO fino alla quota 1161m (pt 6).

A questo punto la si abbandona, si piega a sx discendendo il ripido pendio fino a raggiungere la sottostante *Genna Eidadi* (pt.7 q.1026 m).

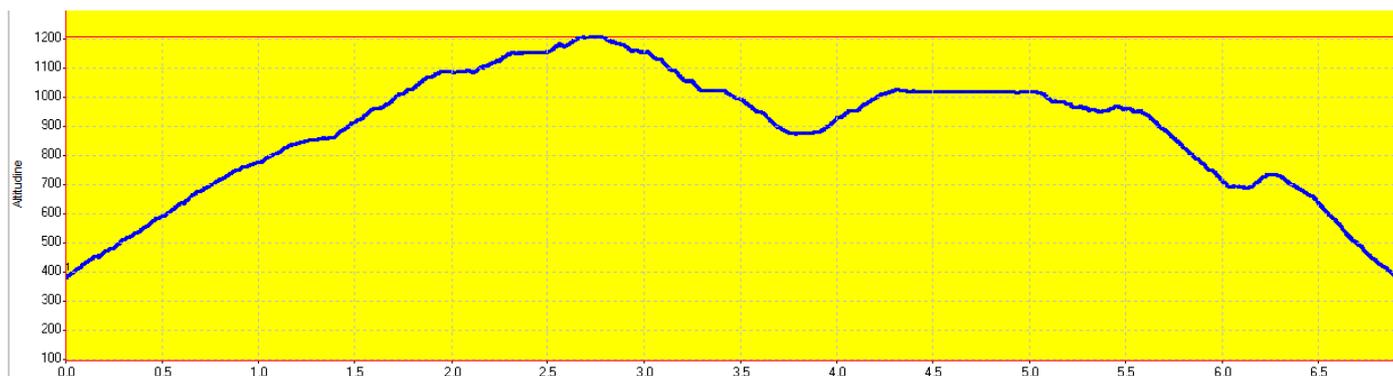


L'ascesa alla cima e l'intero tratto da *Conca de Sa Rutta* a *Genna Eidadi* impegna l'escursionista su un percorso accidentato, fuori sentiero su pietraia e roccette, e pur non presentando tratti particolarmente esposti o difficoltà alpinistiche, richiede attenzione e passo sicuro.

Arrivati a *Genna Eidadi*, dove sosteneremo per il pranzo, potremo fare una breve deviazione (facoltativa) di circa 30 minuti verso un punto belvedere (pt 8) da dove poter ammirare tutta la vallata verso O vile Linas.

Dopo la pausa pranzo, ci immetteremo in un sentiero evidente e ben segnato che, in continua e lieve discesa ci porta verso il Canale Is Sermentus dove, giunti al pt 9 svoltiamo verso O per un breve tratto in leggera risalita e, in prossimità di una piccola capanna (pt 10 - q. 660 m) ci immettiamo in un sentiero che scendendo a zig-zag in circa 50' raggiunge la sterrata a pochi metri dal parco dove troveremo le auto.

Profilo altimetrico



- 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:

Gianni Cotza – Maria Grazia Gavotti

Chat Whatsapp Escursionismo Cai Cagliari

Vi ricordo che i soci che volessero ricevere informazioni sull'attività escursionistica, possono richiedere l'iscrizione nella chat inviando un messaggio di adesione al sottoscritto al numero 339/63.09.631.

Il Presidente del Gruppo Escursionistico Gescai (Claudio Simbula)

Collaborazione alle attività escursionistiche

Le attività del Gruppo Escursionistico sono aperte alla collaborazione di tutti i soci della sezione.

I soci che volessero partecipare per collaborare alla preparazione, organizzazione e gestione delle attività escursionistiche, possono inviare un messaggio al sottoscritto al numero 339/63.09.631.

Sarà mia cura ricontattarli per concordare un incontro e fornire ogni informazione utile al riguardo.

Il Presidente del Gruppo Escursionistico Gescai (Claudio Simbula)

Norme di comportamento per il contenimento emergenza Covid-19

1. prendere visione e accettare incondizionatamente quanto riportato nelle note operative per i partecipanti, emanate dalla Commissione Centrale per l'Escursionismo, che si riportano in allegato.
2. L'escursione sarà a numero chiuso per un **max di 20 partecipanti**. È obbligatoria l'iscrizione e la conferma di accettazione da parte degli accompagnatori in forma scritta (mail, sms, WhatsApp o simili)
3. Compilare e firmare il modello allegato di **autocertificazione** che dovrà essere consegnato agli accompagnatori prima dell'inizio dell'escursione.
4. I direttori di escursione sono espressamente designati dalla Sezione di Cagliari del Club Alpino Italiano quali accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante l'escursione e i partecipanti si impegnano a rispettarne scrupolosamente le indicazioni e le direttive.



CLUB ALPINO ITALIANO
Sede Centrale

Commissione Centrale per l'Escursionismo

Via E. Petrella 19 - 20124 Milano
Tel. 02.205723.1 - Fax 02.205723.201
www.cai.it - cce@cai.it

INDICAZIONI TEMPORANEE PER IL RIAVVIO DELL'ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA E CICLOESCURSIONISTICA SEZIONALE IN EMERGENZA COVID 19

Note operative PER I PARTECIPANTI

I partecipanti si impegnano a rispettare le norme di igiene, di distanziamento e quant'altro inerente all'utilizzo di Dispositivi di Protezione Individuali (DPI) secondo quanto disposto dalle Autorità competenti al fine di limitare la diffusione del contagio virale.

I partecipanti si impegnano a rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante l'escursione, designati dalla Sezione organizzatrice.

I partecipanti sono informati delle modalità di iscrizione e partecipazione alle attività sociali indicati dagli organizzatori e le accettano.

Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso

- se non ha ricevuto preventiva comunicazione scritta di accettazione dell'iscrizione;
- se sprovvisto dei necessari DPI (mascherina, gel disinfettante) e di quant'altro indicato dagli organizzatori;
- se è soggetto a quarantena, se a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni, se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19.

La località di partenza va raggiunta con mezzi propri, nel rispetto delle norme nazionali/regionali che regolano il trasporto in auto di persone non conviventi, salvo diversa indicazione da parte degli organizzatori.

Osservare scrupolosamente le regole di distanziamento e di comportamento:

- durante la marcia, a piedi va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri, in bicicletta di almeno 5 metri. Ogni qualvolta si dovesse diminuire tale distanza, durante le soste e nell'incrocio con altre persone è obbligatorio indossare la mascherina;
- sono vietati scambi di attrezzatura, oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare;
- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica.

È responsabilità dei partecipanti non disperdere mascherine o quant'altro lungo il percorso, tutto va portato a casa così come i rifiuti. Bisogna dimostrarsi civili e solidali con le popolazioni montane.

Ai partecipanti è richiesta la massima disciplina, pena l'immediata esclusione dall'escursione per comportamenti potenzialmente dannosi per gli altri Soci.

Milano, li 04/06/2020

Commissione Centrale per l'Escursionismo
Il Presidente
Marco Lavezzo



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI CAGLIARI

MODULO DI AUTODICHIARAZIONE

Il/la Sottoscritto/a _____,

nato/a a _____ () il ___ / ___ / _____, recapito telefonico _____

nel chiedere di essere ammesso a partecipare alla Escursione/Cicloescursione organizzata dalla Sezione di CAGLIARI in data ___ / ___ / _____ in località _____

consapevole che chiunque rilascia dichiarazioni mendaci è punito ai sensi del codice penale e delle leggi speciali in materia, ai sensi e per gli effetti dell'art. 46 D.P.R. n. 445/2000

DICHIARA

- 1) di aver preso visione delle disposizioni operative impartite ai partecipanti dalla Sezione organizzatrice nonché delle condizioni legittimanti l'iscrizione e la partecipazione all'escursione in premessa e di accettarle integralmente senza riserve, impegnandosi a rispettare scrupolosamente, durante l'escursione, le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid, designati dalla Sezione organizzatrice;
- 2) di essere consapevole e di accettare che, in caso di violazione di uno dei punti richiamati, potrà essere escluso dall'escursione;
- 3) di non presentare sintomi influenzali riconducibili alla malattia COVID-19 (temperatura corporea oltre 37,5 °C e sintomi di infezione respiratoria quali la tosse), di non essere a conoscenza di aver avuto negli ultimi 14 giorni contatti con soggetti positivi al COVID-19, di non essere sottoposto a regime di quarantena (isolamento domiciliare).

Data: _____

Firma _____

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI - ART. 13 REGOLAMENTO UE 2016/679

La Sezione di CAGLIARI La informa che ai sensi Regolamento (UE) 2016/679 (di seguito "Regolamento") il trattamento dei Suoi dati personali sarà improntato ai principi di correttezza, liceità, trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti.

Oggetto del trattamento. Raccogliamo dati personali da Lei forniti in occasione dell'iscrizione all'escursione in premessa.

Finalità e basi giuridiche del trattamento dei dati. I Suoi Dati sono trattati con il Suo preventivo consenso, ai fini dell'applicazioni delle Decreto del 23/02/2020, n.06 recante "Misure urgenti in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19".

Modalità del trattamento dei dati. Il trattamento dei Suoi Dati è effettuato sia in modalità cartacea che informatizzata, conservati per il periodo di tempo necessario allo svolgimento delle procedure di gestione dell'escursione. Il conferimento dei Dati per le finalità di cui sopra è necessario e obbligatorio e l'eventuale rifiuto di fornire tali dati comporta l'impossibilità di partecipare all'escursione. I Dati non saranno diffusi né trasferiti in Paesi extra UE.

Diritti dell'interessato. Lei si può rivolgere, se non ricorrono le limitazioni previste dalla legge, in qualsiasi momento al Titolare del trattamento, nonché Legale Rappresentante del CAI, avv. Vincenzo Torti – presidente.generale@cai.it - per l'esercizio dei Suoi diritti cui agli art. 15 ss. del Regolamento. Potrà in qualsiasi momento esercitare tali diritti: inviando una raccomandata a.r. all'indirizzo del Titolare o inviando una email all'indirizzo di posta elettronica: privacy@cai.it.

Per conoscenza e accettazione.

Firma _____