



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari  
**Programma Annuale Escursioni  
2021**



Domenica 06 giugno

9<sup>a</sup> ESCURSIONE SOCIALE

## Tacchi di Ulassai

<b>Tragitto</b>	<b>in auto proprie</b>
<b>Ritrovo1</b>	<b>Park Cimitero Monserrato - ore 07.00</b>
<b>Ritrovo2</b>	<b>Bar Santorgiu SS.125 Km 88 - ore 08.15</b>
<b>Ritrovo3</b>	<b>Park Grotte Su Marmuri Ulassai - ore 09.00</b>
<b>Comuni interessati</b>	<b>Ulassai</b>
<b>Lunghezza</b>	<b>12 km circa</b>
<b>Dislivello in salita e discesa</b>	<b>600 m circa</b>
<b>Tempo di percorrenza</b>	<b>6 ore circa (pausa pranzo esclusa)</b>
<b>Difficoltà</b>	<b>E</b>
<b>Tipo di terreno</b>	<b>sentiero/carrareccia/sterrata</b>
<b>Interesse</b>	<b>Paesaggistico, naturalistico;</b>
<b>Segnaletica</b>	<b>parziale</b>
<b>Attrezzatura</b>	<b>Vestiaro adatto alla stagione; Scarponi da trekking;</b>
<b>Pranzo</b>	<b>al sacco a cura dei partecipanti</b>
<b>Acqua</b>	<b>Scorta adeguata alla stagione</b>
<b>Rientro previsto a Cagliari</b>	<b>Ore 19,00 circa</b>
<b>Prenotazioni</b>	<b>al n. 335.574.8052 (Gianni) - solo messaggi WhatsApp o Sms</b>
<b>non prima delle ore 09.00 del 31 maggio ed entro le ore 12.00 del 04 giugno</b>	
<b>Escursione riservata ai soci; max n. 20 partecipanti; contributo organizzativo 3 euro</b>	





## **Norme di comportamento per il contenimento emergenza Covid-19**

Leggere attentamente le indicazioni riportate nell'apposito paragrafo.

### **Per partecipare**

E' possibile iscriversi a partire dalle ore 09.00 di lunedì 31 maggio ed entro le ore 12.00 di venerdì 04 giugno - **non sono valide e non saranno** prese in considerazione messaggi o richieste pervenute prima o dopo tali termini.

La partecipazione è riservata ai soci. E' comunque possibile partecipare presentando una contestuale richiesta di diventare soci.

Chi volesse iscriversi come socio e partecipare alla escursione può contattare il 335.574.8052 (Gianni) con un messaggio WhatsApp o Sms. Sarà nostra cura ricontattarvi e fornire tutte le informazioni e istruzioni necessarie.



### **Descrizione generale**

I Tacchi d'Ogliastra occupano una porzione importante del territorio ogliastrino. Sono monti calcareo-dolomitici il cui nome deriva dalla tipica conformazione simile ad un tacco di scarpa. Tra questi il Perda Liana (Gairo) è il più famoso rappresentante. Si ricordano inoltre il Tacco di Monte Tisiddu, il Tacco Arba di Ussassai, il Monte Lumburau, il Monte Arqueri, il Taccu Anguil'e Ferru e Punta Corongiu di Jerzu. Altri siti di notevole bellezza sono rappresentati dal passo di San Giorgio, vicino a Osini, e dalle grotte di Su Marmuri (Ulassai). La geomorfologia di questo



territorio è caratterizzata da vasti affioramenti di rocce paleozoiche, rappresentate da scisti del Siluriano, che costituiscono il basamento cristallino sul quale poggiano le formazioni calcaree del mesozoico. Sui Tacchi si possono visitare luoghi selvaggi ed habitat unici in Sardegna. Spettacolare è la varietà di specie animali e vegetali di particolare pregio naturalistico, con una presenza di specie endemiche di tutto rilievo. Nell'area dei Tacchi insistono numerosi ed interessanti insediamenti nuragici, tra cui si ricordano quello di Serbissi, Sanu, Urceni, Mela, Is Cocorronis, Pranu e Su Samuccu. L'area dei Tacchi preserva le antiche attività agropastorali come l'allevamento, la viticoltura (Cannonau di Jerzu) e l'artigianato.

*\* Notizie tratte dal sito ufficiale Forestas*



### **Come si arriva**

Dal park Cimitero Monserrato dirigiamo verso la SS.125 che percorriamo fino al Bar Santorgiu (al Km.88 della vecchia SS.125). Qui è previsto un secondo punto di ritrovo. Riprendiamo quindi la SS.125 (fino al Km.85 della nuova SS.125). Da qui seguiamo le indicazioni per Jerzu e per Ulassai. Arrivati ad Ulassai seguiamo le indicazioni per le Grotte Su Marmuri. In uno



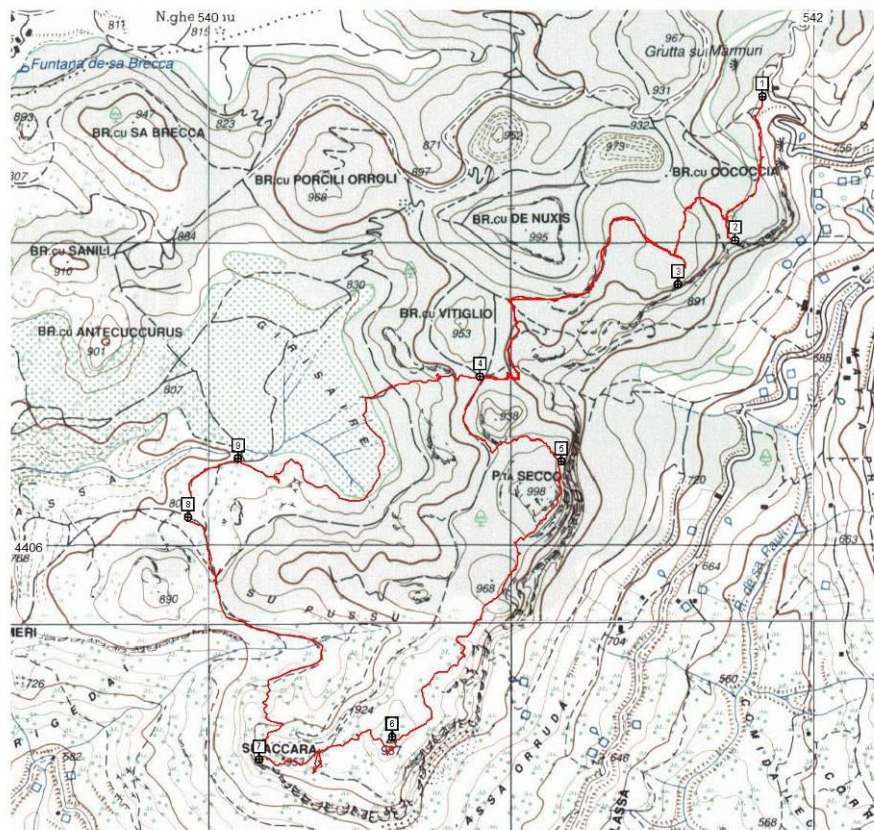
spiazzo in prossimità dell'ingresso delle grotte lasceremo le nostre auto. Distanza da Cagliari circa 130 km.

## Itinerario a piedi

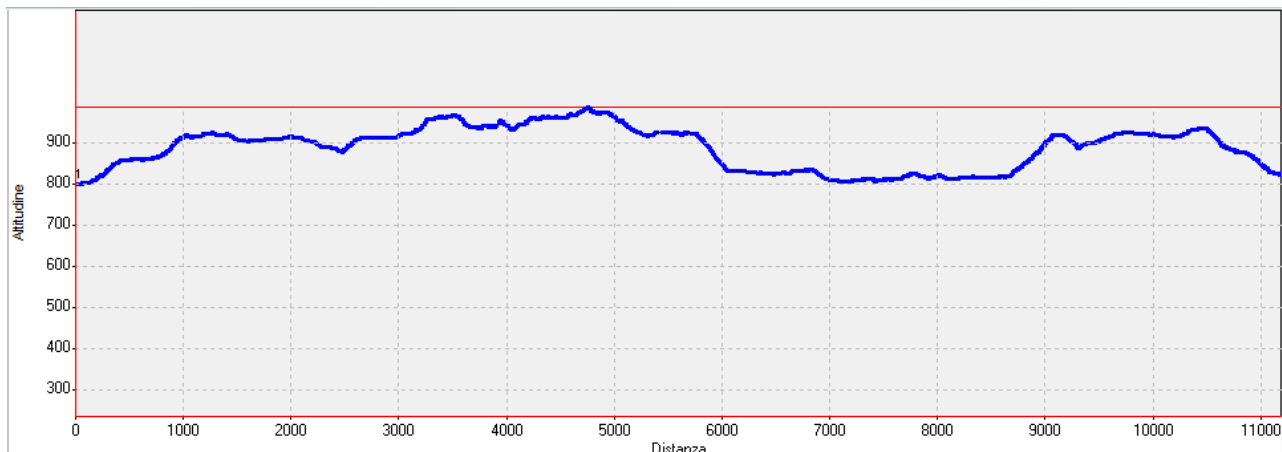
Lasciate le auto (pto 1 - 800 m) la traccia, su un bel sentiero, si inerpica con direzione S aggirando Bruncu Cococcia. Già nel tratto iniziale l'itinerario ci offre la possibilità di soffermarci ad ammirare da diversi punti panoramici (pto.2 e pto.3 - 914 m) il suggestivo paesaggio che ci circonda, con il centro abitato di Ulassai incastonato ai piedi del maestoso Monte Tisiddu.

Il nostro percorso prosegue, sempre su un bel sentiero, aggirando le pendici di Bruncu De Nuxis e Bruncu Vitiglio, per poi piegare decisamente verso E.

Seguendo una vecchia traccia il percorso ci riporta ai bordi dell'altipiano, aggirando le propaggini di Punta Secco. L'itinerario, immersi in una ambiente pieno di fascino, alterna stupende viste sul paesaggio circostante per arrivare quindi alla vedetta (pto 6 -980 m). Dalla vedetta la vista spazia a 360 gradi sull'ambiente e le montagne circostanti, con la sagoma di Perda Liana che si staglia all'orizzonte. Lasciata la vedetta, il sentiero con un bellissimo percorso molto panoramico ci porta in località Su Accara (pto 7 -950 m). Da qui il nostro cammino prosegue ora su pista forestale per arrivare alle fresche acque di Funtana Girisai (pto 9 - 811 m) dove è prevista anche la pausa pranzo. Dopo la sosta il percorso riprende su un bel sentiero che ci permette di ammirare una splendida serie di bellissimi esemplari di lecci secolari, veri patriarchi della natura. Il nostro cammino prosegue quindi in costante salita per riportarci verso le propaggini di Bruncu Vitiglio e da qui (pto.4- 900 m) riprendere a ritroso il sentiero percorso nella prima parte del mattino, fino alle nostre macchine.



## Profilo altimetrico



## 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 effettuate 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**

Gianni Cotza, Claudio Simbula (ASE)

### **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 LO SVOLGIMENTO 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 o in bici - va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri. Ogni qualvolta si dovesse diminuire tale distanza, durante le soste e nell'incrocio con altre persone è obbligatorio indossare la mascherina;
- su vie ferrate o in caso di utilizzo di materiali di uso comune (es. corde fisse, catene, mancorrenti) è tassativo l'uso di mascherina e di occhiali protettivi, al fine di prevenire il contatto delle mani con occhi, naso e bocca, e occorre procedere alla disinfezione frequente delle mani;
- 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.

Chieri, lì 04/05/2021

Commissione Centrale per l'Escursionismo

Il Presidente

Marco Lavazza



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 a partecipare  
alla Escursione/Cicloescursione/Uscita del Corso organizzata dalla Sezione di \_\_\_\_\_  
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 impartite dalla Sezione organizzatrice, di essere informato/a delle modalità di iscrizione e partecipazione relative all'escursione/attività in premessa e di accettarle integralmente senza riserve;
- 2) di impegnarsi a rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante l'escursione/le attività del corso, designati dalla Sezione organizzatrice;
- 3) di essere consapevole e di accettare che, in caso di inosservanza di uno dei punti richiamati, verrà prontamente escluso dall'escursione;

**Dichiara inoltre:**

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).

Ovvero, in alternativa:

di essere stato/a vaccinato/a in data \_\_\_\_\_

di essersi sottoposto/a a test molecolare entro le 48 ore precedenti con esito negativo in data \_\_\_\_\_

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](mailto:privacy@cai.it)

Per conoscenza e accettazione.

Firma \_\_\_\_\_