



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni
2022



domenica 23 ottobre

20.a escursione sociale

Porto Botte – Porto Pino

Tragitto	in pullman
Ritrovo	Sestu - Park MediaWorld - ore 08.00
Comuni interessati	Masainas – S.Anna Arresi
Lunghezza	15 km circa
Dislivello in salita e discesa	150 m circa
Tempo di percorrenza	6 ore circa
Difficoltà	E
Tipo di terreno	Sentiero, sterrata; scogliera; non presenta tratti esposti
Interesse	Paesaggistico, naturalistico;
Segnaletica	assente
Attrezzatura	scarponi da trekking, vestiario adeguato alla stagione
Pranzo	al sacco a cura dei partecipanti
Acqua	Scorta adeguata alla stagione
Rientro previsto a Cagliari	Ore 19,00 circa
Prenotazioni	al n. 335.574.8052 (Gianni) - solo messaggi WhatsApp o Sms entro le ore 12.00 di giovedì 20 ottobre.

Escursione in pullman per max n. 50 partecipanti; quota partecipazione 15 euro per i soci e 20 euro per i non soci.



Per partecipare

La partecipazione è aperta anche ai non soci che non abbiano mai partecipato in passato alle nostre escursioni e che abbiano interesse a conoscere le opportunità offerte, per tutti coloro che amano la montagna, dall'iscrizione al Club Alpino Italiano.

Descrizione generale

Il promontorio di Porto Pino, che raggiunge un'altezza massima di 40 metri, è ricoperto da una vasta pineta spontanea di pino d'Aleppo, presente in Sardegna solo in questa zona e sull'Isola di San Pietro. Al pino d'Aleppo si unisce la quercia spinosa, tipica degli ambienti costieri e anch'essa molto rara nell'isola.

Nella pineta vegetano anche altre essenze, tra le quali il ginepro fenicio ed il ginepro coccolone. Sul lato occidentale, battuto dai venti di maestrale, si stende invece la macchia bassa e la gariga dove dominano la fillirea, il rosmarino e diverse specie di cisto. Sulle falesie, dove affiora la roccia, crescono invece il raro asterisco marittimo ed il limonio.

La costa del promontorio di Porto Pineddu, che termina con Punta Menga, è nota localmente come Candiani. Il nome deriva dalla presenza, su Punta Menga, delle rovine di una batteria antinave della seconda guerra mondiale intitolata all'ammiraglio Candiani. Dopo Punta Menga si trova un litorale noto come Portu Pineddu o Porto Pinetto (come riportato nelle carte IGM e già presente nell'Atlante di La Marmora di fine '800), caratterizzato da una spiaggia di sabbia bianca a ridosso del promontorio, una piccola spiaggia vicina al nucleo di case, nota come Spiaggia dei Francesi, o Sa bua e vari tratti di costa rocciosa.

Il canale di Porto Pino rappresenta l'unico attuale collegamento tra il mare e gli stagni, che vengono utilizzati sia per l'allevamento dei pesci sia come bacino di prima evaporazione per la salina di Sant'Antioco, distante in linea d'aria una decina di chilometri (l'acqua vi arriva con un sistema di pompe e condotte interrato e scoperte, transitando negli altri stagni del litorale e nel complesso di stagni di S.Caterina). Il giusto apporto d'acqua è garantito da alcune paratie e da un'idrovora. Il canale viene da sempre usato anche come approdo e ormeggio per le barche da pesca di Sant'Anna Arresi e per natanti da diporto. Nel 2004 sono iniziati i lavori di riqualificazione, con la costruzione di banchine, scivoli d'alaggio, un ponte pedonale e una diga foranea (ultimata nell'estate 2011) che protegge il canale dalle mareggiate invernali di libeccio. (notizie tratte da Wikipedia)

Come si arriva

Il trasferimento avverrà in pullman da 54 posti.

Il ritrovo è previsto per le ore 08.00 a Sestu - Parcheggio Mediaworld lato ex Carlo Felice.

L'arrivo è previsto per le ore 09.30 circa. Il pullman ci lascerà nei pressi della spiaggia di Porto Botte, punto da cui inizia l'escursione. A fine escursione ci riprenderà nei parcheggi antistanti la spiaggia di Porto Pino.

Distanza totale da Cagliari circa 80 km.

In pullman è fortemente consigliato l'utilizzo della mascherina FFP2, anche se non più obbligatoria.

Itinerario a piedi

Il percorso inizia dalla spiaggia di Porto Botte. Da qui, seguendo delle esili tracce, ci dirigiamo verso la spiaggia di Is Solinas.

Ora il sentiero, ben evidente, cammina immerso nella macchia mediterranea, all'inizio costeggiando la scogliera per poi allontanarsi un po' all'interno. La traccia attraversa quindi uno splendido bosco di ginepri selvatici, la cui formazione ricorda quasi l'opera di un abile giardiniere. Ci riavviciniamo quindi verso il mare e, attraverso dei sentieri lastricati all'ombra di una fitta pineta, raggiungiamo *Portu de su Trigu* (sulla carta IGM denominata *Cala Barraca*). Il nome della spiaggia testimonia l'importanza delle colture cerealicole in Sardegna.

Proseguendo, senza allontanarci troppo dalla costa, raggiungiamo il boscoso promontorio di *Guardia de su Turcu* (p.to 3 - 2h40' dp), e quindi, proseguendo lungo una strada sterrata, la località turistico-residenziale di *Porto Pinetto*, con il suo agglomerato di villette.

Lasciata la sterrata, il nostro percorso prosegue ora sull'arenile, lungo un tratto di bassa scogliera ben percorribile che consente di scoprire le singolari e tormentate formazioni rocciose

di questa estremità sudorientale del Golfo di Palmas. Si tratta di antichi cordoni dunali che si sono fossilizzati.

Dopo la pausa pranzo, il nostro cammino prosegue lungo la battigia e raggiungiamo *Punta Menga*. Si tratta di un promontorio che presenta delle bellissime scogliere di origine vulcanica e una pineta unica nel suo genere (Pino Aleppo e Ginepro). In cima al promontorio si trovano ancora i resti di alcune fortificazioni antiaeree della seconda guerra mondiale. Dalla punta estrema il panorama si apre sull'intero golfo di Palmas: verso ovest si vede l'isola di Sant'Antioco, a sud le due isole minori la Vacca e il Toro, a est è visibile la spiaggia di Porto Pino e la zona militare di Teulada.

Proseguendo il nostro cammino, si arriva in breve al pianoro roccioso di *Punta Tonnara*, balcone panoramico sulla baia di Porto Pino e sulle alte dune che precedono il promontorio della punta di Cala Piombo. Percorrendo il sentiero a fianco dello steccato, si passa sopra la cosiddetta *Grotta dei Baci*, profonda insenatura che testimonia l'impressionante azione erosiva del mare.

Raggiunto il canale di Porto Pino, ritroveremo il nostro pullman, che ci aspetta al parcheggio vicino al porto.

Tempo totale 6h circa (pausa pranzo esclusa).







Consigli alimentari

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 effettuale le quali - si ricorda - è consigliabile fermarsi e là dove la stabilità fosse precaria, cercare un appoggio sicuro.

8. Si invitano i partecipanti ad evitare l'uso di materiali in plastica usa&getta (bicchieri, buste, ecc.) dotandosi di bicchieri lavabili e riciclabili, e/o di contenitori riutilizzabili. L'ambiente si rispetta e si evita l'inquinamento anche attraverso questi piccoli accorgimenti che tutti dovrebbero adottare.

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

Paolo Profeta (ASE) Stefania Camba

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)