



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
**Programma Annuale Escursioni
2022**



domenica 10 aprile

9.a escursione sociale

Il Rio Tumbarinu

Tragitto	in auto proprie
Ritrovo 1	Park MediaWorld - ore 07.30
Ritrovo 2	Distributore Esso subito dopo l'ingresso al paese di Bonarcado (SP15) ore 8.45
Comuni interessati	Santu Lussurgiu - Cuglieri
Lunghezza	12 km circa (13 km se si visiterà anche la cascata sul Rio Bia Josso)
Dislivello in salita e discesa	600 m circa
Tempo di percorrenza	7 ore circa, escluse le pause
Difficoltà	EE
Tipo di terreno	sentiero, carrareccia, strada sterrata
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 (1,5-2 lt consigliati)
Rientro previsto a Cagliari	Ore 20:00 circa
Prenotazioni	al n. 368 7859246 - Gilberta - solo messaggi WhatsApp o Sms entro le ore 12.00 di venerdì 8 aprile.

Escursione riservata ai soci; max n. 20 partecipanti; contributo organizzativo 3 euro

Norme di comportamento per il contenimento emergenza Covid-19

Leggere attentamente le indicazioni riportate nell'apposito paragrafo.



Descrizione generale

Il complesso montuoso del Montiferru si estende per circa 700 chilometri quadrati, nei territori comunali di Santu Lussurgiu, Bonarcado, Cuglieri, Narbolia, Scano Montiferro, Seneghe e Sennariolo.

La regione del Montiferru altro non è che un complesso vulcanico, il più vasto della Sardegna, caratterizzato perciò da basalti, rocce formatesi a seguito delle eruzioni. La morfologia del paesaggio è estremamente accidentata. E' frequente scorgere nel paesaggio i cosiddetti "dicchi", formazioni rocciose ad andamento verticale, a volte alte diversi metri.

È un territorio ricco di corsi d'acqua e cascate, per merito dell'elevata piovosità.

La cima più alta della regione è il Monte Urtigu (1050 mt), che in questa escursione non toccheremo.

Nonostante la zona sia stata interessata da vari incendi, l'ultimo dei quali, nel luglio 2021, è stato di proporzioni estremamente devastanti (12000 ettari di bosco sono stati colpiti), si conserva fortunatamente una porzione boschiva interessante, ricadente nel complesso forestale "Pabarile". Le specie arboree che caratterizzano la regione sono le querce, i lecci, le roverelle, castagni, corbezzolo, l'erica, ed i tipici arbusti bassi della macchia mediterranea quali il cisto, la lavanda, ecc.

A proposito dell'incendio del luglio 2021, aver conosciuto il territorio prima del passaggio del fuoco, e successivamente aver constatato la desolazione degli scheletri neri degli alberi, ci ha portato allo sconforto,

ed alla riflessione. Perciò non è stata una decisione scontata, quella di confermare il passaggio sul terreno vittima dell'incendio. Tuttavia, vedere i germogli, ed i nuovi rami che in soli 6-8 mesi già si protendono in crescita, ci ha dato conferma che vale la pena vedere come la natura proceda, a dispetto della stupidità umana, nel riprendere il suo corso.



Come si arriva

Il tragitto si svolgerà con le auto proprie.

Il ritrovo è previsto per le ore 07.30 a Sestu - Parcheggio Mediaworld lato ex Carlo Felice.

Dal Parcheggio Mediaworld ci immettiamo sulla SS.131, che percorriamo con direzione Oristano fino al km 103; al bivio per Tramatzà - Solarussa - Bonarcado, abbandoniamo la SS 131 ed imbocchiamo la S.P. 15. Percorriamo la S.P. 15 attraversando il paese di Tramatzà, continuando sulla stessa S.P.15 per poi fermarci al secondo punto di ritrovo, che si trova dopo essere entrati a Bonarcado, presso il distributore di benzina ESSO, a poche decine di metri dall'ingresso in paese. Qua ricompatteremo il gruppo. Attraversato il paese, si prosegue poi sulla S.P.15, che porterebbe a Santu Lussurgiu: occorre prestare attenzione ad una stradina (dopo circa 4 km) che dobbiamo imboccare, in corrispondenza di una curva a destra: noi andremo di fatto dritti, ma dobbiamo abbandonare la S.P.15 che proseguirebbe verso Santu Lussurgiu. Punto di riferimento nel bivio, all'inizio della stradina sono i cartelli segnaletici dell'Agricampeggio "Elighes Uttiosos". Percorreremo poi una stradina dapprima asfaltata, e poi sterrata ma in discrete condizioni, per circa 8 km, fino alla località Bia Josso, ed in corrispondenza di un incrocio lasceremo le nostre auto.

Itinerario a piedi

Attraversiamo un cancello sempre aperto, dirigendoci verso N ed imboccando una carrareccia che,



dapprima affiancata da vegetazione, man mano che procediamo in leggera salita, scopre alla nostra destra l'ampio panorama verso la costa occidentale. Dopo 1,6 km, lasciate sulla nostra destra le stradine per Badde Urbara, svoltiamo verso la fonte "Elighes Uttiosos", graziosa perché l'acqua sembra sgorgare dalle radici di un leccio (da questa caratteristica deriva il nome: lecci gocciolanti). Dopo aver bevuto la freschissima acqua, proseguiremo su

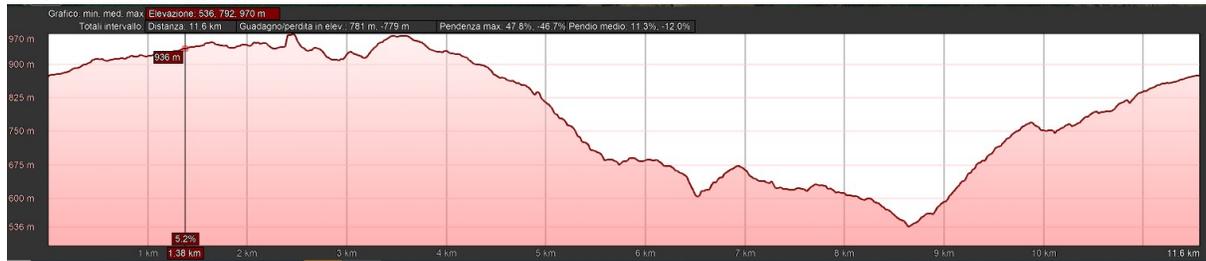
facile sentiero, e successivamente in altra carrareccia, passando accanto alla cima del Monte Entu (mt. 1024) dove non saliremo. Scegliamo invece di affrontare la brevissima ma ripida salita sino al punto panoramico di Rocca Sa Tiria, ad un'altitudine di 970 mt. La vista spazia fino alla penisola del Sinis e Santa Caterina di Pittinurri. Ridiscesi, si prosegue in località Straderis, su stradelli rocciosi che impegneranno le ginocchia per un breve tratto, portandoci verso la triste esperienza di toccare con mano cosa è rimasto dopo il feroce incendio del luglio 2021. Lasciemo alla nostra destra la caratteristica roccia "Sa Chidonza"(4 km) e procederemo in discesa ancora per poco in direzione N fino alla caratteristica costruzione in pietra ai piedi del Monte Sos Oggios. Cambieremo poi direzione, dapprima verso O poi, superato un antico abbeveratoio, ci dirigeremo verso S, camminando tra gli scheletri dei corbezzoli incendiati, che come potremo vedere stanno già ricrescendo con vigore. In questa parte del percorso, che prosegue in discesa, è facile che, toccando i tronchi degli alberi oppure il terreno, ci imbrattiamo di nero-fumo.

Abbandonati gli scheletri dei corbezzoli, andiamo ad incontrare il costone roccioso che domina i due torrenti: noi scendiamo decisamente verso il Rio Tumbarinu, dapprima lo costeggiamo per poi guardarlo e portarci su parti non incendiate, e perciò ombreggiate.

L'itinerario ci porta, sempre in discesa, verso una terrazza di lusso, circondata dai boschi, e da cime rocciose, e con vista sulle gole dello stesso Rio Tumbarinu, e dalla parte opposta verso il mare. In questo punto panoramico consumeremo il pranzo. Per chi avrà piacere e se non ci sarà troppa acqua nel torrente, sarà possibile scendere verso il letto dello stesso, percorrerne una piccola parte, ed ammirare le rocce basaltiche con le loro particolari forme. Risaliti verso la "terrazza" panoramica", percorreremo un piccolo tratto "a bastone" per tornare nel nostro sentiero e scenderemo in direzione S, poi O ed ancora S, in una parte dell'itinerario risparmiata dall'incendio, perciò molto ombreggiata. A discrezione dei direttori, se le residue ore di luce lo permetteranno, si effettuerà una deviazione per visitare la meravigliosa cascata sul Rio Bia Josso. Si tratterà di percorrere circa 2 km in più, deviando verso una ripida discesa che ci porterà in breve sul Rio Bia Josso, e dopo averlo costeggiato brevemente, ci porteremo ai piedi della bellissima cascata, con relativi minuti di sosta dedicati alle foto di rito. Torneremo poi sulla sterrata che ci riporta alle nostre auto, alternando salite e discese, ma tagliando per piacevoli sentieri ombreggiati, in direzione S-E.

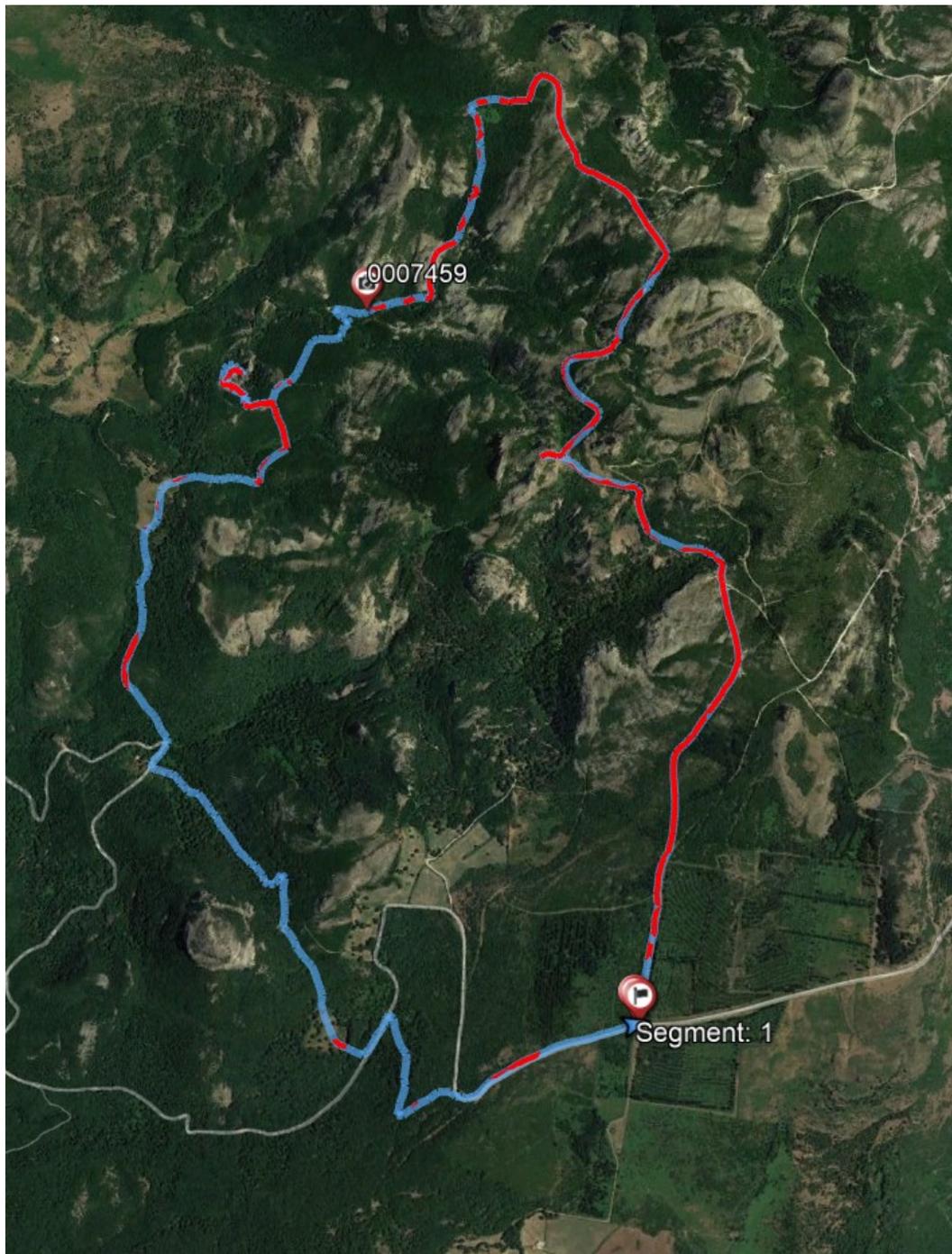


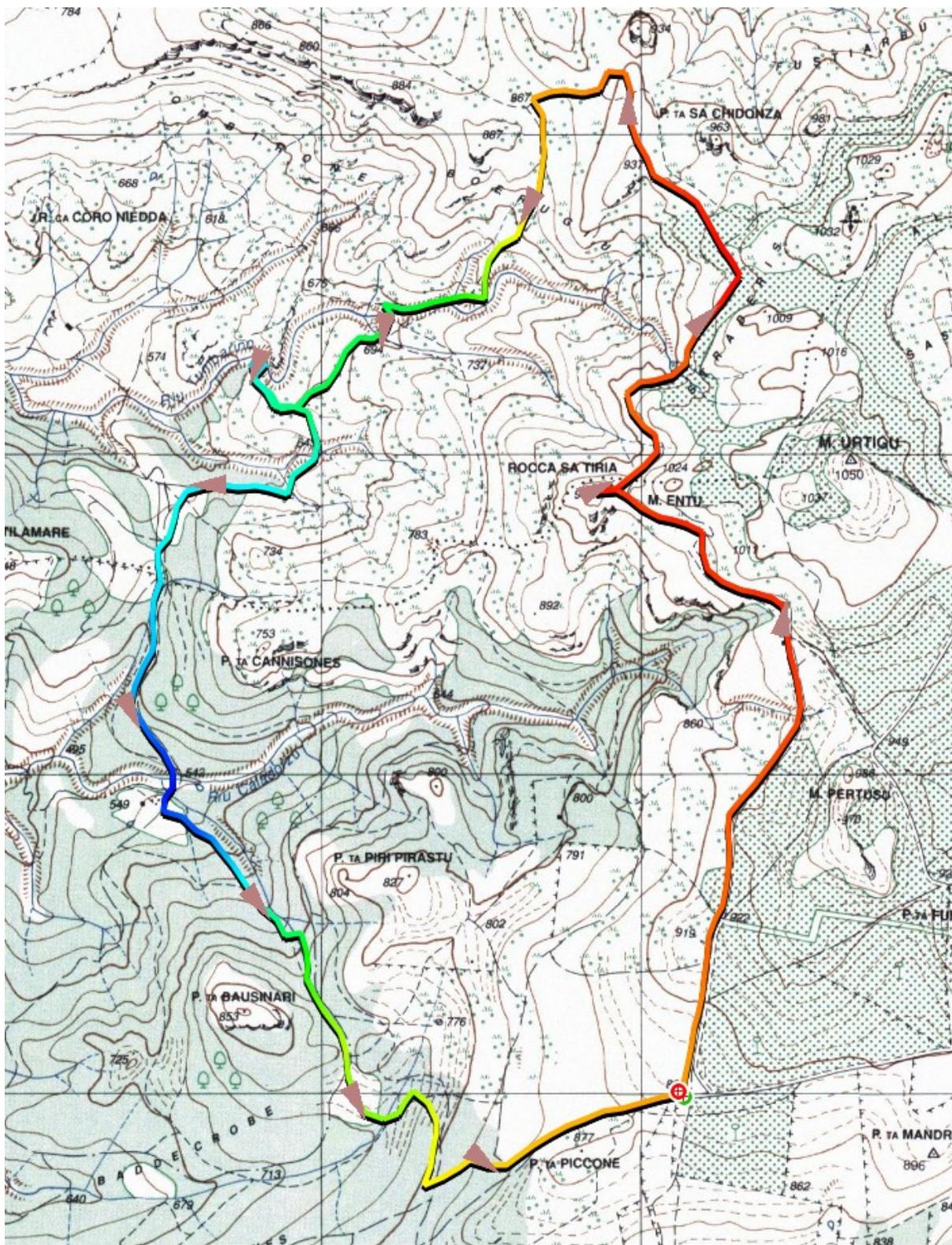
Profilo altimetrico:



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 bivvi 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.

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: Francesco De Lorenzo, Gilberta Lai, Paola Zedda.

L'itinerario nasce da un'idea di Francesco Pia che ringraziamo.

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. **Green Pass rafforzato obbligatorio** –per disposizione della Sede Centrale a far data dal 10 gennaio per partecipare alle attività all'aperto organizzate dal Club Alpino Italiano (compreso quindi le escursioni sociali) si richiede il possesso del Green Pass rafforzato.
4. Compilare e firmare il modello allegato di **autocertificazione** che dovrà essere consegnato agli accompagnatori prima dell'inizio dell'escursione.
5. 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.