



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni
2023



Domenica 14 Maggio

18ª ESCURSIONE SOCIALE

Ulassai – Lungo le cenge

Tragitto avvicinamento	In auto proprie
Ritrovo 1	Park cimitero Monserrato ore 7:15
Ritrovo 2	Ulassai fronte Cooperativa Tessile Artigiana ore 09:00
Comune interessato	Ulassai
Lunghezza	Km 8,0 circa
Dislivello	m.550 circa in salita e in discesa
Tempo di percorrenza	Ore 6:00 circa (escluse pause)
Difficoltà'	EE (con passo sicuro e assenza vertigini)
Segnaletica	Parziale
Tipo di percorso	Sentiero, cenge con presenza di lunghi tratti esposti
Interesse	Escursionistico, naturalistico e paesaggistico
Attrezzatura	Scarponi da trekking, torcia elettrica
Pranzo	Al sacco, a cura dei partecipanti
Prenotazioni	Al n. 3478630751 – Paolo - entro le ore 12:00 di Venerdì 12 Maggio – (vedi * nota finale)

Si prevede max n.12 partecipanti tra soci e non soci (max.4).
Contributo organizzativo 3 euro per i soci, 10 euro per i non soci.



Una successione di rocce, boschi e cenge che ci permette prima la circumnavigazione del Tacco di Tisiddu e poi la salita al Bruncu Matzeu.

Sempre in un ambiente spettacolare, aspro, selvaggio e ricco di fascino. Un'escursione che resterà a lungo nella memoria di tutti.

L'escursione è indirizzata ad esperti escursionisti avvezzi ad escursioni con ampi tratti esposti non evitabili e a passaggi su cenge anche strette ed esposte. A lato viene pubblicata una foto del passaggio chiave dell'escursione.

Il passaggio sino a poco tempo fa era fattibile solo con le corde. Recentemente è stato facilitato dall'inserimento di alcuni gradini in ferro visibili nella foto. Il passaggio è praticamente in verticale ed è sempre possibile afferrarsi al gradino superiore

poggiando i piedi in quello inferiore.

Descrizione generale

Chi dalla ex SS 125 si immette nella SP11 in direzione Jerzu e Ulassai coglie ben presto come le splendide formazioni di calcare e dolomia che si innalzano prepotentemente sulle aree circostanti assumano una rilevanza paesaggistica straordinaria e caratterizzino tipicamente la morfologia del territorio ogliastrino.

Già dopo qualche centinaio di metri dal Passo di Genna Crexia sono visibili in lontananza i tacchi di Osini, Ulassai e Jerzu. In particolare iniziano a distinguersi le alture di Monte Osini con Perdu Cuccu, Su Scrau e Bruncu S'Armidda; un poco più vicini i tacchi di Ulassai con Bruncu Pranedda e il Monte Tisiddu dove spicca la punta di Bruncu Matzeu.

Ancora poche centinaia di metri e arrivati a S'Arcu Sa Pruna il panorama si apre ulteriormente con la scoperta di Jerzu, sormontata dai tacchi di Porcu 'e Ludu, del Lumburau e di Troiscu a Ovest, dalle propaggini meridionali del Monte Tisiddu a Nord-Ovest. Alla nostra destra, nel versante Est della vallata, si scorgono i paesi di Gairo Vecchia e di Gairo S.Elena, sovrastate dalle alture di P.ta Tricoli.

Percorsa la circonvallazione di Jerzu, ancora qualche centinaio di metri e abbiamo la visuale di Ulassai, incastonata nell'ampia gola tra il tacco di Monte Tisiddu e il Tacco di Ulassai. Il nostro sguardo viaggia tra il Tacco di Ulassai, che con la punta di Bruncu Pranedda (m.883) sembra incombere minacciosamente nella vallata sottostante, e l'imponente tacco di Monte Tisiddu con la punta di Bruncu Matzeu (m.957) e con le pareti a strapiombo dove avrà luogo la nostra escursione.

Lungo le falesie del M.Tisiddu si sviluppano le vie di arrampicata con i settori Torre dei Venti, Baccili, Wall Street, Su Fundu, El Dorado, Su Casteddu e Scala 'e Predi per un totale di circa 250 vie di arrampicata.

Ulassai è sicuramente una cittadina particolare nel panorama della Sardegna montana. La sua posizione incassata tra i due tacchi, la notorietà delle sue grotte (in particolare di Su Marmuri con i suoi 850 metri di lunghezza dove stalattiti e stalagmiti si uniscono in saloni con pareti altissime), le cascate di Lecorci e soprattutto di Lequarci (possiamo affermare una delle più belle d'Italia), la porta Barigau e i vicini resti delle antiche civiltà nuragiche che circondano il paese ne hanno fatto un attrattore turistico di particolare rilevanza. A partire dal 2000 si è avviato un importante sviluppo turistico che ha portato Ulassai a diventare meta prediletta di escursionisti e soprattutto di arrampicatori. Sono nati così hotel, affittacamere, Bed and Breakfast, ristoranti e pizzerie; è presente anche un simpatico campeggio, il Theleme, nato dall'iniziativa di tre giovani intraprendenti e aperto solitamente da inizio aprile a fine ottobre. Il Theleme è riconosciuto come Punto d'Appoggio del Sentiero Italia CAI che vi passa proprio a lato.

Come si arriva

Dal park Cimitero Monserrato ci dirigiamo verso la nuova SS.125 che percorriamo fino al Km.85,0 della nuova 125. Da qui seguiamo le indicazioni per Jerzu sino ad arrivare a Genna Crexia dove svolteremo a sinistra lungo la SP 11 sempre in direzione Jerzu.

Arrivati a Jerzu non si entrerà nel centro storico, ma si continuerà la circonvallazione in direzione Ulassai, sempre lungo la SP 11.

Arrivati ad Ulassai ci teniamo sulla sinistra seguendo in salita le indicazioni Grotta – Chiesa – Cascata – Carabinieri ed entrando nella strada senza uscita che porta alla Cooperativa Tessile Artigiana dove, se possibile, lasceremo le auto. Distanza da Cagliari circa 130 km. Tempo stimato dalla partenza h.1:45.

Itinerario a piedi

L'escursione prevede un percorso ad anello, prima con parziale periplo in senso orario del Monte Tisiddu attraverso le sue aeree cenge, poi arrivare a Bruncu Matzeu non per la via più breve, ma attraverso un ampio, giro stavolta antiorario, che ci porterà nel cuore del Tacco così da conoscerne meglio i vari aspetti.

Il percorso delle cenge presenta suggestivi scorci paesaggistici e panoramici sempre emozionanti: da un lato avremo al nostro fianco le alte e sovrastanti falesie del Tisiddu, dall'altro le profonde e verdissime vallate sottostanti. Sullo sfondo, ma a noi vicine, prima le alture dello splendido M. Chidoi, poi quelle del Troiscu, del Lumburau, di Pitzu S. Antonio, di Pitzu de Gedili, di Monte Longu e di P.ta Corongiu, solo per citare quelle a noi vicine. Questo splendido intervallarsi di cime unite al verdissimo bosco sottostante e ai passaggi, talvolta veramente stretti, sulla cengia a mezza costa nelle pareti verticali sul tacco diventano fonte di stupefacenti sensazioni. Non faremo solo le cenge, il percorso prevede ampi passaggi nei boschi, dove una antica rete di sentieri si intreccia ancora oggi, e l'ascesa a Bruncu Matzeu, principale punta della zona, da cui nelle belle giornate è possibile godere di splendidi panorami.

Partiremo dal parcheggio vicino alla Cooperativa Tessile (quota 695m) e ci dirigeremo in direzione Sud su una sterrata che attraversa la località Spanalai. Davanti a noi le splendide formazioni rocciose del M. Chidoi, alla nostra destra le pareti che presto raggiungeremo. Siamo sul Sentiero Italia CAI, tappa Z21B. Dopo poco più di 500m. lo sterrato si trasforma in un sentiero che prosegue ancora per 150 metri nella stessa direzione per poi piegare verso destra in direzione S.O., abbandonando il Sentiero Italia, e poi Ovest per andare sotto la parete sino a fare un piccolo giro antiorario per trovare una breve rampa inclinata che costituisce l'accesso alla cengia. Abbiamo percorso circa 850m. e sono sufficienti 25' dalla partenza.

Questa cengia introduttiva, lunga circa 200m, ci costringe a procedere lungo passaggi obbligati in direzione Sud, sempre sotto parete da un lato e con il vuoto dall'altro.



Al suo termine si prosegue ancora verso Sud (ignorare un sentiero che sale sulla destra, direzione Ovest) su un sentiero che si inoltra nel bosco.

Si arriva presto ad un quadrivio posto a quota 800 m. circa. Noi prendiamo il sentiero a sinistra che in leggera discesa va prima in direzione Sud-Est per ruotare dopo circa 150m in direzione Sud-Ovest sino a oltrepassare un basso muretto a secco con rete. Ancora una decina di metri e si piega a destra, abbandonando il sentiero e andando sotto le pareti che a lungo ci accompagneranno.

Una volta sotto parete bisogna individuare l'inizio della cengia posta dopo circa 50m., poi non ci saranno più dubbi sul percorso da seguire: a comandare non saremo noi, ma sarà la cengia. Si procederà per un tratto abbastanza lungo su una cengia con camminamento, a tratti molto stretto, con le alte e verticali pareti a destra e il vuoto panoramico a sinistra sino ad arrivare sotto Bruncu Su Casteddu. Questo tratto presenta alcune criticità: alcuni passaggi in cengia piuttosto stretti, un passaggio verticale di 5-6 m. con gradini verticali in ferro (di cui si è già parlato all'inizio della descrizione) e qualche altro tratto di cengia particolarmente stretta appena addolcita dalla presenza di una corda che aiuta a tenersi in equilibrio. Raccomandiamo di **non aggrapparsi alle corde**, ma di utilizzarle prevalentemente per mantenersi in rassicurante equilibrio.

L'escursione continua tra tratti di bosco e tratti di cengia oltrepassandone una particolarmente suggestiva dove può essere necessario procedere quasi a quattro zampe.

Si oltrepassa quindi lo spigolo del Bruncu Casteddu continuando in direzione Nord Nord-Ovest sempre sotto parete e su cengia. In questo tratto sono presenti numerose vie di arrampicata e per agevolare i passaggi più difficili sono state predisposti piccoli tratti di corda fissa.

Improvvisamente le pareti del Bruncu Su Casteddu terminano e si arriva a un pianoro carsico a quota 780 m. circa. Noi continuiamo in direzione Nord arrivando al palo segnava posto in località Scala 'e Predi.

In questa località è possibile scegliere tra tante opzioni: noi andremo in direzione Nord per circa 500m. sino ad arrivare a Gruta Is Chillottis (altitudine 870m); una breve visita e torniamo leggermente indietro per prendere un'altra cengia che si sviluppa in direzione Nord - Nord-Est (a quota 850m circa).



Qui

incontreremo sulla nostra destra prima Sa Gruta de Is Janas con calcari di una particolare colorazione. Anche qui una breve sosta, poi Sa Gruta Basoccu, una fenditura visitabile solamente con attrezzatura e capacità speleo.

Proseguiremo ancora sulla stretta cengia sino al suo termine per salire lentamente e con attenzione su un canaletto alberato, ma ripido e terroso.

Raggiungiamo quindi il soprastante altopiano boscoso e procedendo in direzione Sud-Est aggirando in senso antiorario la quota 886.

Riprendiamo a sinistra in leggera salita il sentiero principale che avevamo abbandonato in precedenza e al bivio successivo prendiamo in direzione prima Est poi Sud-Est per entrare nel cuore del Monte Tisiddu attraverso un sentiero a tratti poco pronunciato, ma in seguito ben recuperato dall'Agenzia Forestas.

Dopo 1,5 Km circa al bivio successivo prendiamo il sentiero che vira decisamente a Nord, poi a Nord-Ovest e che ci porta in prossimità di Sa Gruta de Matzeu (chi vorrà potrà visitarla).



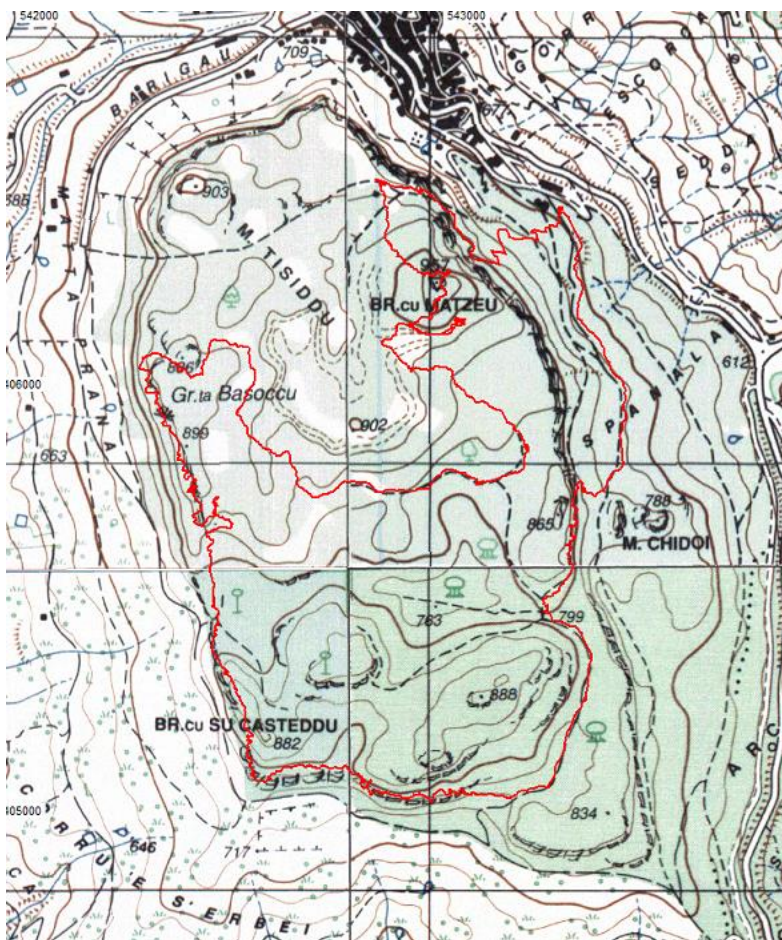
Gruta Matzeu 2016 --- Gruta Matzeu 2023

Piccola osservazione per Sa Gruta de Matzeu. Il CAI Cagliari ha organizzato altre volte una visita in questa grotta. Non si tratta di una grotta particolarmente interessante, ma aveva una particolarità: sul fondo, sopra una stalagmite, era stata posizionata una brocca. Lo stillicidio la impregnò di calcare rendendola candida come la stalagmite che la sorreggeva e a cui era in qualche modo saldata. Già, sorreggeva. Oggi non la sorregge più: qualcuno l'ha prelevata, qualcuno che evidentemente non si rende conto che un reperto fuori dal suo contesto è un oggetto privo di senso. Se qualcuno dovesse mai vederla in qualche casa sappia che la sua provenienza è Ulassai, Sa Gruta de Matzeu.

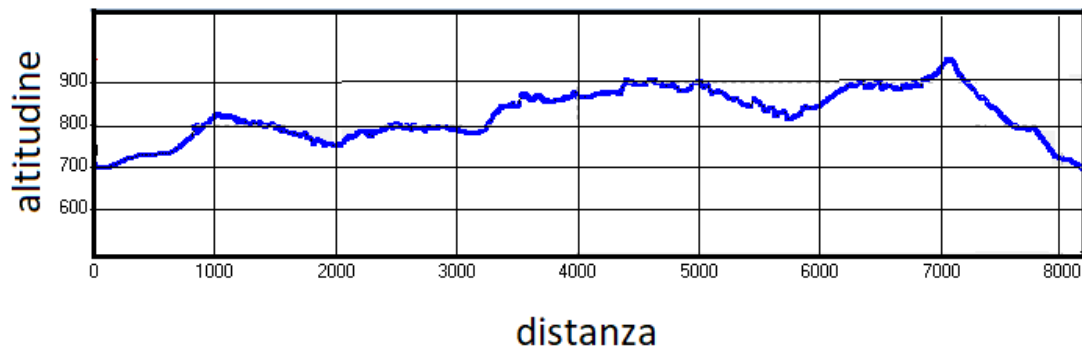
Saliamo quindi a Bruncu Matzeu

(quota m.957) da cui, se la giornata ci assiste, si potrà ammirare un panorama notevole: dal Margiani-Pubusa al Gennargentu; da Punta Ginnirco a Monte Oro; al Monte Arista e al Monte Ferru; e più a noi vicini il Monte Troiscu, il Limburau, il Monte Longu e la Punta Corongiu; ben lontani i Sette Fratelli e Serpeddì. In direzione Sud-Ovest sono visibili anche le punte del Gutturu Mannu da Punta Sebera al Monte Tamara.

Da Bruncu Matzeu prendiamo il sentiero che con una serie di tornanti in discesa ci porta alla base della falesia da cui siamo partiti. Gli ultimi scorci sono sul paese di Ulassai. Superata una recinzione provvista di scalandrino concludiamo il nostro percorso con la consapevolezza di avere effettuato una delle più belle escursioni della nostra isola.



profilo altimetrico (non sempre attendibile per la presenza delle falesie)



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

Andrea Muscas - M.Rita Murru - Paolo Puligheddu (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)

*** per partecipare**

Escursione per max n. 12 partecipanti tra soci e non soci (max.4) ; contributo organizzativo 3 euro per i soci e 10 euro per i non soci;

Verrà data la precedenza nelle iscrizioni ai soci che non hanno partecipato alla escursione di Pauli Mundugia, a condizione che diano la loro adesione entro le ore 12.00 di mercoledì 10 maggio.

La partecipazione dei non soci è subordinata al fatto che allo scadere delle iscrizioni di Venerdì 12 maggio restino dei posti liberi.