



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
**Programma Annuale Escursioni
2024**



domenica 24 marzo

10.a escursione sociale

Codula Orbisi - Punta Cucuttos

Tragitto	con auto proprie, preferibilmente alte da terra per la strada in parte sconnessa (circa 30 minuti su sterrato da Genna Cruxi)
Ritrovo	ore 8.30 Genna Cruxi sulla SS 125 al km 177,VI tra il bivio per Urzulei e il Passo Genna Silana (contare circa 2.30 ore da Cagliari/Quartu S.E.)
Cartografia	IGM F.517 IV
Comuni interessati	Urzulei
Lunghezza	12 km circa
Dislivello in salita e discesa	564 m circa
Tempo di percorrenza	7.00 ore circa (pause escluse)
Difficoltà	EE
Tipo di terreno	sentiero, passaggi lunghi su roccia, brevi tratti ripidi su pietre smosse, passaggi su campi solcati, parte finale su sterrato/lastricato
Interesse	escursionistico, naturalistico, paesaggistico, culturale storico
Segnaletica	parziale
Attrezzatura	scarponi da trekking, luce frontale, vestiario adeguato alla stagione
Pranzo	al sacco a cura dei partecipanti
Acqua	Scorta adeguata alla stagione
Rientro previsto	secondo la velocità del gruppo circa per le ore 18.00 a Genna Cruxi e 20.30 a Cagliari/Quartu S.E.
Prenotazioni	al n. 3288740282 (Petra) - solo messaggi WhatsApp o Sms
	dalle ore 9.00 di lunedì 18 marzo e entro le ore 12.00 di venerdì 22 marzo

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

Per partecipare

Per motivi di sicurezza la partecipazione è riservata ai soci ad un max di 20 partecipanti, esperti e allenati. L'escursione è faticosa per la lunghezza, frequenti sali e scendi e per la difficoltà sulle parti rocciose. Ma ci sono tre possibilità di alleggerire il percorso tralasciando 2 parti oppure sfruttando per un tratto una alternativa più facile (vedi descrizione del percorso).

Descrizione generale

Questa escursione si svolge nel Supramonte, un altopiano calcareo-dolomitico nei confini dei comuni di Urzulei, Baunei, Dorgali, Oliena e Orgosolo (i 5 Supramontes). In questo territorio carsico si sono formate profonde gole, campi solcati, orridi, doline, grotte, voragini, inghiottitoi, pietraie e valli nascoste che creano un insieme di luoghi incantevoli e misteriosi di straordinaria bellezza. Gli strati calcarei vanno dal giurassico al cretaceo (da 190 a 60 milioni di anni fa) e basano su rocce scistose e granitiche.

Siamo nel Supramonte di Urzulei e l'escursione tocca e costeggia la Codula Orbisi e raggiunge il bordo più alto sopra la spaccatura profondissima della Gola di Gorropu. La Codula Orbisi proviene dai monti alti sopra Urzulei e Talana, scende verso Nord e scorre sotto e a Ovest della lunga cresta che si estende da Sud da

Genna Cruxi a Nord dove degrada rapidamente nella gola di Gorropu. Prima di entrare nella Gola di Gorropu si riunisce con il Riu Flumineddu e il più piccolo Riu Titione a Sa Giuntura.



Questo paesaggio vedremo benissimo dall'alto durante il percorso. Il panorama verso Ovest comprende inoltre il tacco caratteristico del Monte Novo San Giovanni; abbiamo il Supramonte di Orgosolo di fronte con le cime (da N a S) Fruncu Lollove (1391m), Punta Sa Pruna, Punta Lolloine e Fruncu Sos Cuzzos. Da certi punti si intravedono anche le cime del Corراسi nel Supramonte di Oliena. La Punta Cucuttos è l'ultima punta

lungo la sopraccitata cresta e sovrasta le pareti altissime della Gola di Gorropu che arrivano a quasi mezzo chilometro di altezza. Dall'altra parte della Gola di Gorropu si erge la imponente parete del Monte Oddeo con la valle Oddoene ai suoi piedi.



Attualmente nell'alveo di Orbisi non c'è acqua a causa delle scarse piogge. Ma dopo abbondanti precipitazioni la situazione può cambiare molto, tanto da far quasi sparire l'ingresso della Grotta (inghiottitoio) Orbisi che vedremo verso la fine della nostra escursione. Una grande parte dell'acqua scorre sotto terra, per esempio nella grotta Donini il cui ingresso nascosto troviamo lungo il nostro percorso. La grotta si sviluppa quasi sotto il nostro sentiero, a Est della Pischina Urtaddala e trova una uscita attraverso la famosa spaccatura nella parete chiamata Su Cunnu 'e S'Ebba. Il nome significa la vagina della cavalla e quando piove abbondantemente esce una cascata impressionante da questa spaccatura sopra l'alveo di Orbisi di fronte alla cosiddetta "schiena dell'asino", la dorsale lungo la quale scende il sentiero 502 che porta a Sa Giuntura e alla parte superiore della Gola di Gorropu.

"L'idrostruttura carbonatica principale, nel Supramonte di Urzulei, è caratterizzata anche dalla presenza di sottosistemi secondari il più importante dei quali è senz'altro rappresentato da quello di Orbisi-Donini. Questa cavità riceve, in seguito a precipitazioni molto intense, parte del flusso superficiale raccolto dal bacino idrografico impostato sul basamento paleozoico della porzione meridionale del Supramonte. Durante le piene infatti, le acque defluenti da questa zona sono in parte assorbite dal sistema dell'Edera, mentre l'eccedenza scorre lungo la Codula Sa Mela, sino a confluire, ad una quota di circa 790 m. s.l.m., nell'inghiottitoio di Orbisi.

Quest'ultimo è collegato alla grotta Donini, che sbocca in una parete verticale situata più a valle, dove, dall'ingresso della cavità, fuoriescono le acque catturate nell'inghiottitoio di Orbisi per proseguire il loro cammino superficiale verso il vicino e sottostante Rio Flumineddu."

Francesco Sanna: Idrogeologia del Supramonte, gruppogrottenuorese.it (pubblicazioni)

Incontreremo anche una via di uscita alta per gli speleologi che hanno attraversato la grotta Donini e vogliono tornare alla località Sedda Arbaccas, punto di partenza per le loro spedizioni.

Un video di una attraversata della grotta Donini si trova qua:

https://www.youtube.com/watch?v=_gMmMwJx1Oo



Con fortuna e muovendoci in silenzio potremmo vedere in questa zona dei mufloni (animale autoctono della Sardegna) che corrono con passo sicuro anche nei passaggi più ripidi e esposti. Oltre ai Mufloni è possibile vedere dei rapaci: nel Supramonte si incontrano il gheppio, la poiana sarda, lo sparviero, l'astore, la poiana e l'aquila reale. Nella flora tipica del Supramonte vedremo esemplari bellissimi di ginepro e leccio e, ora già fiorito, l'elleboro, un endemismo sardo-corso. Di interesse storico culturale sono gli stupendi esemplari degli ovili ben mantenuti che troviamo lungo il percorso: Coile Or Mufrones 1 e 2, Orbisi (oppure Brusan, vedi cartina IGM), Pitu 'e Ruta e Cucuttos.



Avvicinamento

Il tragitto si svolgerà con le auto proprie.

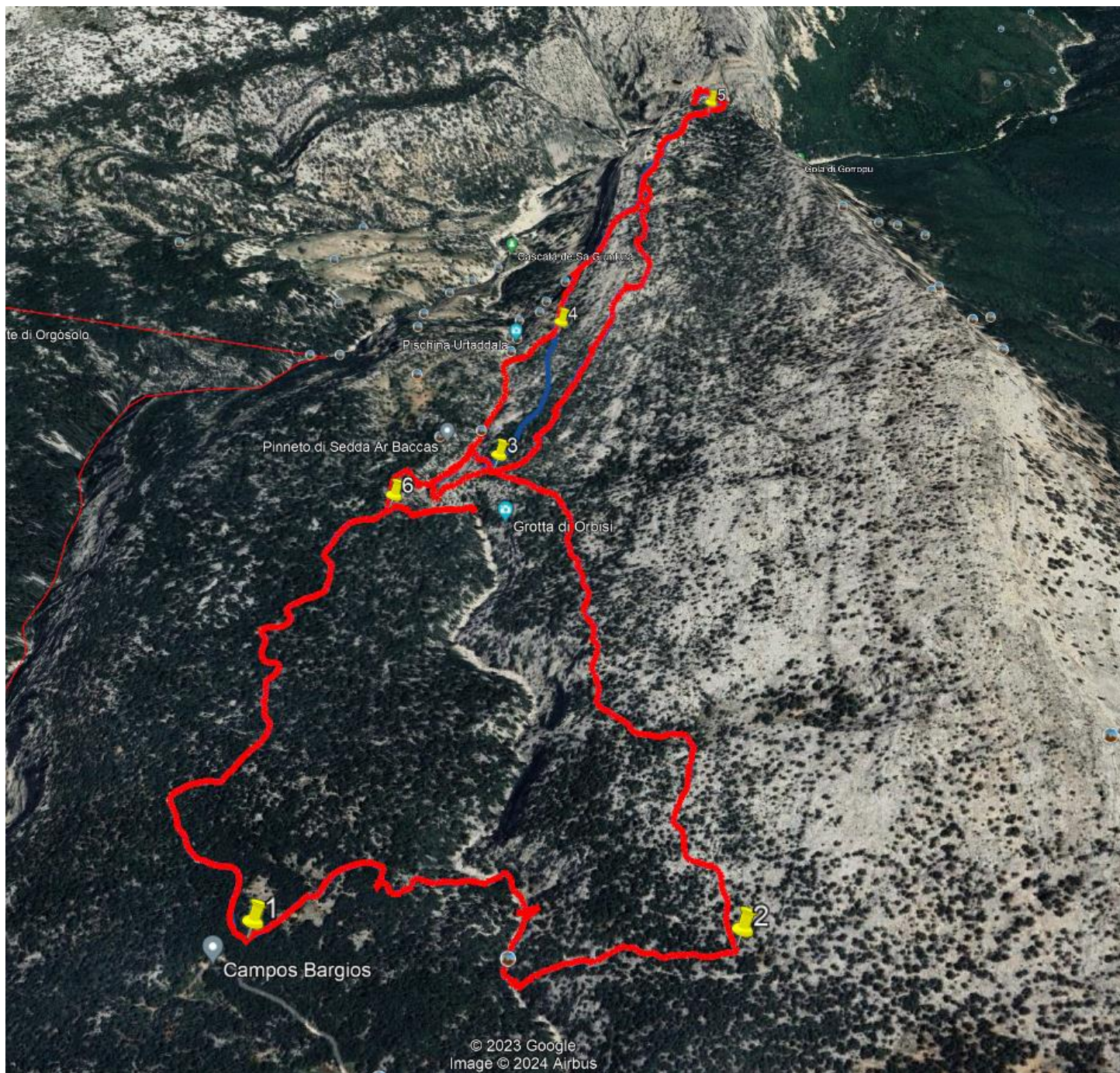
A favore di coloro che mettono a disposizione la propria auto si consiglia da parte dei relativi passeggeri un rimborso di 10 euro a persona, salvo diversi accordi (fermo restando che la questione riguarda esclusivamente l'autista e relativi passeggeri).

Da Cagliari/Quartu S.E. si prende la nuova SS 125 sino a Lotzorai. Da lì conviene lasciare la SS 125 e passare per Urzulei (**non** attraverso Baunei) perché la strada ha più rettilinei. Superato Urzulei si incontra di nuovo la SS 125, si gira a sinistra (direzione Dorgali) e si arriva dopo poco al passo Genna Cruxi dove è il punto di ritrovo. Qui se possibile ci ricompattiamo eventualmente nelle macchine e affrontiamo insieme per circa 30 minuti una strada sterrata e/o lastricata, superiamo la località Campos Bargas e dopo circa 300 m ci fermiamo per iniziare il percorso a piedi.

Percorso a piedi

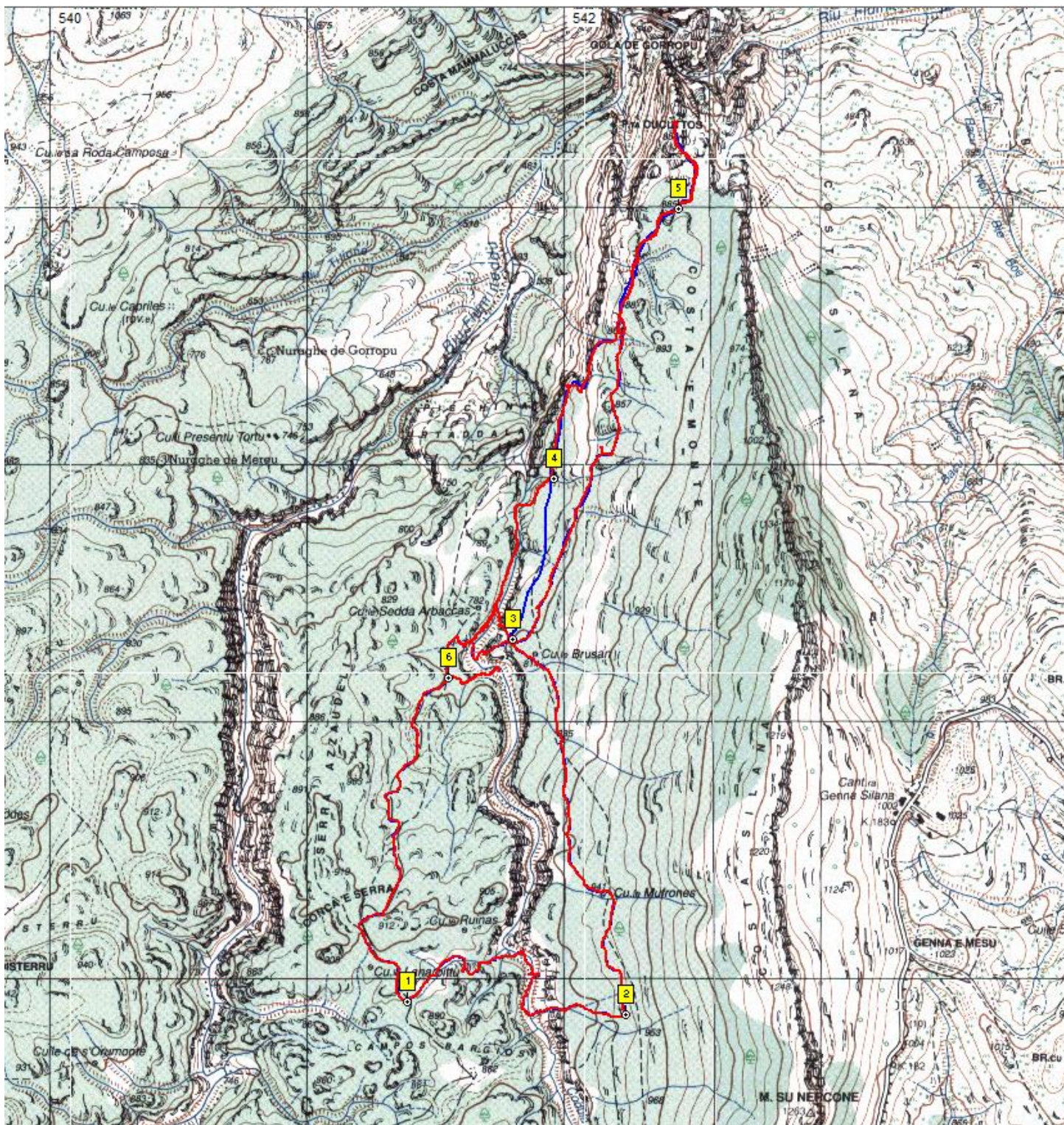
Dallo sterrato (890m) [1] ci allontaniamo in direzione della Codula Orbisi a Est, in prossimità del Coile Ruinas (carta IGM). Inizialmente il percorso (senza segnaletica) è facile ma quando si scende ripidamente nella gola bisogna prestare attenzione. Si tratta di un terreno franoso con pietre smosse. Una volta raggiunto il fondo della gola (810m) abbiamo rocce ferme e lisce sotto i piedi e possiamo ammirare le bellezze della gola. Per percorrere tutta la Codula Orbisi servirebbe attrezzatura per superare in sicurezza punti esposti e scivolosi. Invece noi raggiungiamo un bel sentiero che costeggia la Codula sul suo fianco Est. Per un tratto percorriamo la gola in direzione Sud, usando spesso anche le mani per superare i massi bianchi e lisciati dall'acqua sino a trovare un passaggio che ci permette di lasciare la gola e salire (inizialmente molto ripidamente) in direzione Est sino a quando raggiungiamo il sentiero 504 [2] in prossimità del Coile Sa Terra Ona (945m). Sopra di noi a 1250m verso Est si trova la cresta imponente che si estende tra Nord (Gola di

Gorropu) e Sud (passo Genna Cruxi). In linea d'aria sempre sopra di noi a 1150m si trova la dolina Su Neulaccoro. (Questi luoghi vedremo in un'altra occasione.) Ora seguiamo il bellissimo sentiero 504 che si snoda parallelamente alla Codula Orbisi sino al Coile Cucuttos e passa per gli ovili Or Mufrones 1 (955m) e 2 (940m), Orbisi (815m) e Pitu 'e Ruta (770m). Si aprono panorami verso Ovest, verso il Supramonte di Orgosolo e il Monte Novo San Giovanni. Si vede la profonda gola del Flumineddu e più avanti riusciremo intravedere i Nuraghi Mereu e Gorropu. Lentamente scendiamo lungo il sentiero 504 sino a poco dopo il Coile Orbisi. Ci troviamo in linea d'aria di fronte alla località Sedda Arbaccas. Da questo punto di snodo (800m) [3] ci sono varie possibilità per scendere nuovamente nella Codula Orbisi e attraversarla per raggiungere Sedda Arbaccas oppure proseguire in direzione Cucuttos. Possiamo dividerci in due gruppi: la variante più facile prosegue sul sentiero 504 [in blu nella cartina], chi avesse piacere di saltare sulle rocce e trovare i passaggi usando anche le mani percorre il fondo della Codula Orbisi. Lungo un bellissimo sentierino su roccia nuda scendiamo ripidamente nell'alveo. Lungo quel percorso vedremo l'ingresso alla grotta Donini. Ma prima che le acque (quando ci sono) di Orbisi si buttino nella Piscina Urtaddala usciamo dalla gola, sempre a Est, e dopo poco ritroviamo il sentiero 504, dove i due gruppi si possono riunire presso il bellissimo Coile Pitu 'e Ruta (761m) [4]. Qui le pareti sopra Orbisi si fanno sempre più alte e verticali e abbiamo panorami mozzafiato sullo scenario sotto di noi. Siamo proprio sopra Piscina Urtaddala e Su Cunnu 'e S'Ebba. Intravediamo passaggi segreti e pericolosi per scendere giù alla Giuntura e la confluenza di Orbisi, Flumineddu e Titione. Ora siamo in salita, poi il sentiero si allontana dalle falesie e dopo poco arriviamo al Coile Cucuttos (880m) [5]. E' un ottimo luogo per la pausa pranzo. Chi avesse bisogno di riposare può fermarsi qui. Gli instancabili possono arrivare alla Punta Cucuttos (893m) e scendere sino al punto panoramico sopra la Gola di Gorropu (830m). Il percorso non è facile sui campi solcati e la punta panoramica è esposta. Secondo la voglia di fermarsi per godere il panorama oppure superare in sicurezza il percorso roccioso ci si impiega tra 40 a 60 minuti andata e ritorno dall'ovile. Si torna tutti al Coile Cucuttos per la pausa pranzo. Per il rientro percorriamo inizialmente lo stesso sentiero ma prima che questo scenda ripidamente ne prendiamo un altro molto meno marcato e a volte difficile da individuare. Inizialmente ci troviamo un centinaio di metri di quota sopra il sentiero di andata, poi degrada più dolcemente sino al punto di snodo tra Sedda Arbaccas e il Coile Orbisi. Tutti insieme riscendiamo nella Codula Orbisi (760m) attraverso un altro passaggio, percorriamo un pezzo dell'alveo verso Sud per risalire ripidamente il costone Ovest. Sbuciamo sullo sterrato che porta da Sedda Arbaccas a Campos Bargas alla località di Sa Cungiadura (780m). Lungo questa strada si trovano a una distanza di circa 45 minuti a piedi le nostre macchine. Ma prima di affrontare il rientro (tutto in salita ma facile) c'è la possibilità di scendere in un altro punto [6] alla grotta Orbisi (760m). Chi fosse già troppo stanco può benissimo tralasciare questa parte e dirigersi già verso le macchine o riposare un po'. Gli altri possono scendere in circa 15-20 minuti di nuovo nella gola lungo un tracciato non sempre facile perché ripido su roccia. Giù però possiamo ammirare una spaccatura gigante, la grotta Orbisi. Risaliamo sullo stesso sentierino e raggiungiamo lo sterrato. Purtroppo non ci sono alternative allo sterrato (circa 250 m dislivello in salita) perché il territorio è molto frastagliato pieno di spaccature. Ma lo sguardo può finalmente riposarsi senza dover guardare sempre dove si mettono i piedi.



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 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 effettuare 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.
9. Si raccomanda la massima puntualità. Poiché l'orario di ritrovo è quello previsto per la partenza, si raccomanda di arrivare almeno 5 minuti prima, di modo da agevolare gli organizzatori. Per il rispetto dovuto a tutti i partecipanti non si attendono i ritardatari.

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

Margherita Galasso, Petra Grom, Rosa Masala, Giacomo Pollano

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)