



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



Domenica 06 Ottobre 2024

Escursione sociale N° 21/ 2024

Giornata del Sentiero Italia
Villasalto – Armungia

| | |
|--|---|
| Ritrovo 1 Per i soci CAI Cagliari | Parcheggio Cimitero Monserrato - ore 08,30 Si raccomanda la massima puntualità e di arrivare almeno 5 minuti prima degli orari indicati, per concentrare gli equipaggi. |
| Ritrovo 2 Per i soci altre sezioni | Via Francesco Petrarca – Villasalto ore 10°° https://maps.app.goo.gl/9RcWRLwFR7MoSLpf7 |
| Tragitto | In auto proprie |
| Comuni interessati | Villasalto - Armungia |
| Lunghezza | 6 Km circa |
| Dislivello | 200 m circa |
| Tempo di percorrenza | 2,30 ore circa (pause escluse) |
| Difficoltà | T - E |
| Segnaletica | Lungo tutto il percorso, parte della tappa ZCA25 del S.I. |
| Tipo di percorso | Sentiero – Carrareccia – Starda sterrata |
| Interesse | Minerario, Naturalistico, Paesaggistico |
| Attrezzatura | Vestiaro adeguato alla stagione con antivento – scarponi da trekking. |
| Pranzo | Al sacco a cura dei partecipanti. È previsto inoltre, un rinfresco offerto dal Comune di Armungia |
| Rientro | Fine evento indicativamente ore 18°° |
| Prenotazioni | Al n° 3355748052 (Gianni) solo WhatsApp entro le ore 12 di Giovedì 03 Ottobre. |
| Nota 1 | Escursione non difficile lungo la tappa ZCA25 del Sentiero Italia che partendo da Villasalto e passando dal complesso minerario Su Suergiu arriva in prossimità del campo sportivo di Armungia. La partecipazione, gratuita, è aperta anche ai non soci per i quali non è prevista copertura assicurativa, salvo specifica richiesta e pagamento anticipato della quota di 10€. All'arrivo ci sarà la pausa pranzo presso il centro ristoro (ex maglieria) in Viale Gramsci e quindi, accompagnati da delle guide locali, potremo visitare il Sistema museale del paese, che comprende il Nuraghe, Sa Domu de Is Ainas, La Bottega del Fabbro ed il museo storico di Emilio e Joice Lussu, il cui ingresso (in gruppi da 20 persone) prevede il biglietto da 2,5€ A conclusione dell'evento, intorno alle 17,30, torneremo al centro ristoro, dove parteciperemo ad un aperitivo di saluto, gentilmente offerto dalla amministrazione comunale di Armungia. |
| Nota 2 | Per motivi organizzativi, si chiede alle altre sezioni di inviare allo stesso recapito (Gianni) il numero totale dei partecipanti sempre entro le ore 12 di Giovedì 03 Ottobre. |



Descrizione generale

La regione del Gerrei presenta importanti elementi naturalistici, geologici, archeologici e mineralogici. L'intera area geografica presenta una morfologia prevalentemente montagnosa con cime che sfiorano i 1000 metri d'altezza, vertiginosi strapiombi, splendide valli e cavità sotterranee dove scorrono diversi corsi d'acqua che confluiscono nel Flumendosa. Di notevole importanza anche le rocce affioranti, quali graniti, calcari e scisti ricoperti in alcune aree da fitta ed incontaminata vegetazione.

Particolarmente rilevante è l'antico altopiano di Villasalto, a Nord del quale si è sviluppata la miniera di Su Suergiu, mentre a Sud l'altopiano è delimitato dai monti *Genis* (q. 979 m.) e *Arrubiu* (q. 733 m.) vicino al quale sorge il sito archeologico di *Cea Romana*.

Il paese di Armungia (*Armùngia* o *Armùnja* in sardo) conta circa 397 abitanti, sorge su un colle di 366 metri sul livello del mare nella subregione del Gerrei.

L'area fu abitata fin dal Neolitico per la presenza sul territorio di numerosi nuraghi, di cui uno si trova nel centro dell'abitato attuale.

Nel medioevo appartenne al Giudicato di Cagliari e fece parte della curatoria del Gerrei. Alla caduta del giudicato (1258) passò sotto il dominio pisano, e dal 1324, in seguito alla conquista aragonese della Sardegna, sotto quello aragonese. Nel 1681 fu incorporato nella contea di Villasalto, feudo della famiglia Zatrillas, e un ventennio più tardi nel marchesato di Villaclara, feudo prima degli Zatrillas e poi (dal 1816) dei Vivaldi Pasqua. Restò feudo di quest'ultima famiglia fino al 1839, quando, con la soppressione del sistema feudale, venne ad essi riscattato per diventare un comune amministrato da un sindaco e da un consiglio comunale.

Il 4 dicembre 1890 vi nacque Emilio Lussu, patriota sardo antifascista fondatore del Partito Sardo d'Azione.

Il nuraghe Armungia, situato nella piazza principale del paese, vicino al Museo Civico, risale, secondo l'archeologo Giovanni Lilliu, all'età del bronzo medio, 1500 - 1400 a.C. circa. La sua struttura è costituita da un'unica torre a forma tronco-conica. Come materiale di costruzione sono state utilizzate delle pietre di origine scistosa, dalle dimensioni decrescenti man mano che si va verso l'alto. Sulla sommità dell'edificio troviamo una falsa volta cupoliforme con un'apertura superiore di circa due metri.

Il nuraghe Armungia costituisce, assieme al museo etnografico Sa Domu de is Ainas, al museo storica di Emilio e Joice Lussu e alla "Bottega del fabbro", il sistema museale del paese. La visita si sviluppa percorrendo a piedi i bellissimi viottoli del centro storico, caratterizzati dal susseguirsi di diversi esempi di abitazioni in pietra. Di notevole interesse è, infine, la Chiesa Parrocchiale dell'Immacolata, risalente al XVI secolo.



Come si arriva

Il ritrovo, **per i soci CAI Cagliari**, è previsto per le ore 8.30 a Monserrato, nel parcheggio adiacente il cimitero. Qui concentreremo gli equipaggi per ridurre al minimo le auto, dopo di che, ci immetteremo sulla SS.387 che percorreremo in direzione Dolianova.

Si proseguirà quindi lungo la SS.387. Attraverseremo S. Andrea Frius, per giungere a S. Nicolo Gerrei, da dove prenderemo la Sp.27 con direzione Villasalto.

Per questioni logistiche, tutti gli escursionisti scenderanno a Villasalto, in via Francesco Petrarca, posto di ritrovo n°2, dove incontreremo i soci delle altre sezioni. Le auto verranno trasferite ad Armungia in prossimità del campo sportivo. Tempo di trasbordo circa 20 minuti.

<https://maps.app.goo.gl/T2xJyii4y6UdPnwz7>

Al ritorno degli autisti, avrà inizio l'escursione guidata dagli operatori del gruppo lavoro S.I. di Cagliari. A fine escursione, sarà organizzato il recupero delle auto rimaste a Villasalto.

Distanza totale da Cagliari circa 75 km.

Itinerario a piedi

L'escursione ha inizio, intorno alle 10,30, dalla fine del rettilineo di Via Petrarca, dove parte il S.I. in direzione Armungia.

Il primo tratto si sviluppa in una zona di campi coltivati e di macchia mediterranea. Si giunge in breve al complesso minerario Su Suergiu, dove sosterremo qualche minuto per visitare il sito.

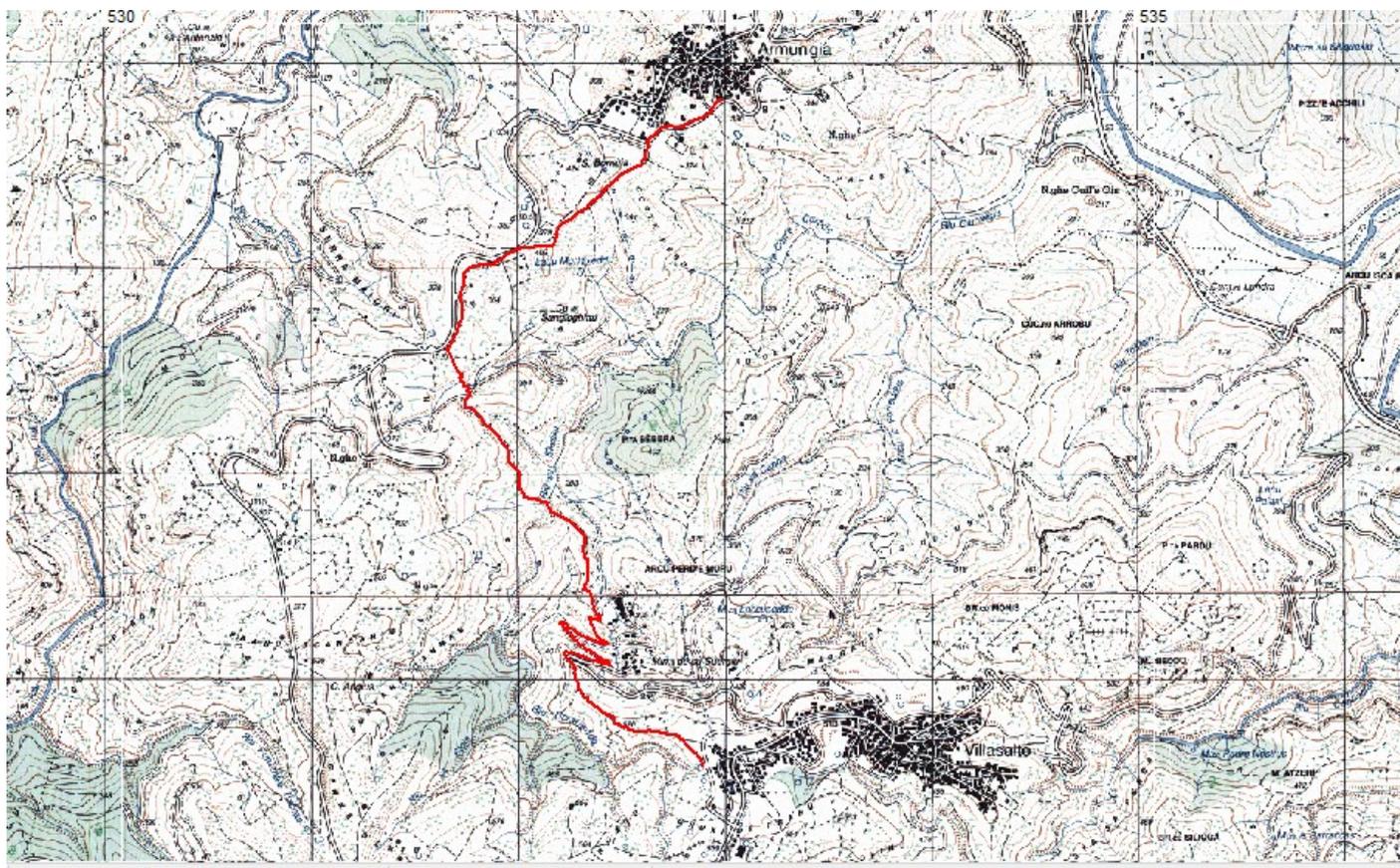
Il sentiero prosegue in discesa fino al rio Su Sessini che attraverseremo per risalire sul versante opposto fino a giungere in prossimità del campo sportivo di Armungia.

Il tempo di percorrenza è stimato in 2,30 ore circa.

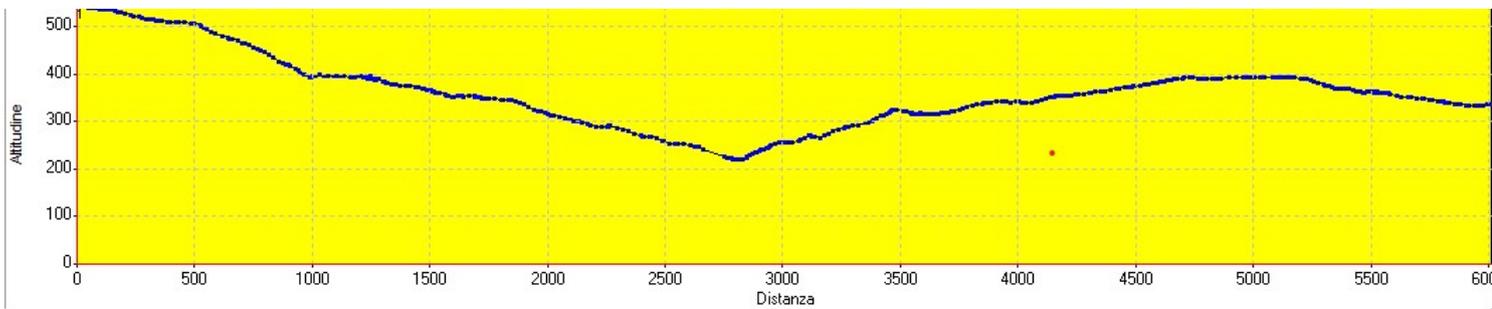
Il tratto del sentiero percorso è chiamato anche "Sentiero dei minatori" perché era percorso sistematicamente dei minatori che da Armungia si recavano alla miniera.



Traccia



Profilo altimetrico



Consigli alimentari

L'alimentazione deve essere adeguata alle esigenze fisiche e climatiche. È 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. È 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

Gruppo lavoro S.I. sezione di Cagliari

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)