



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni
2025

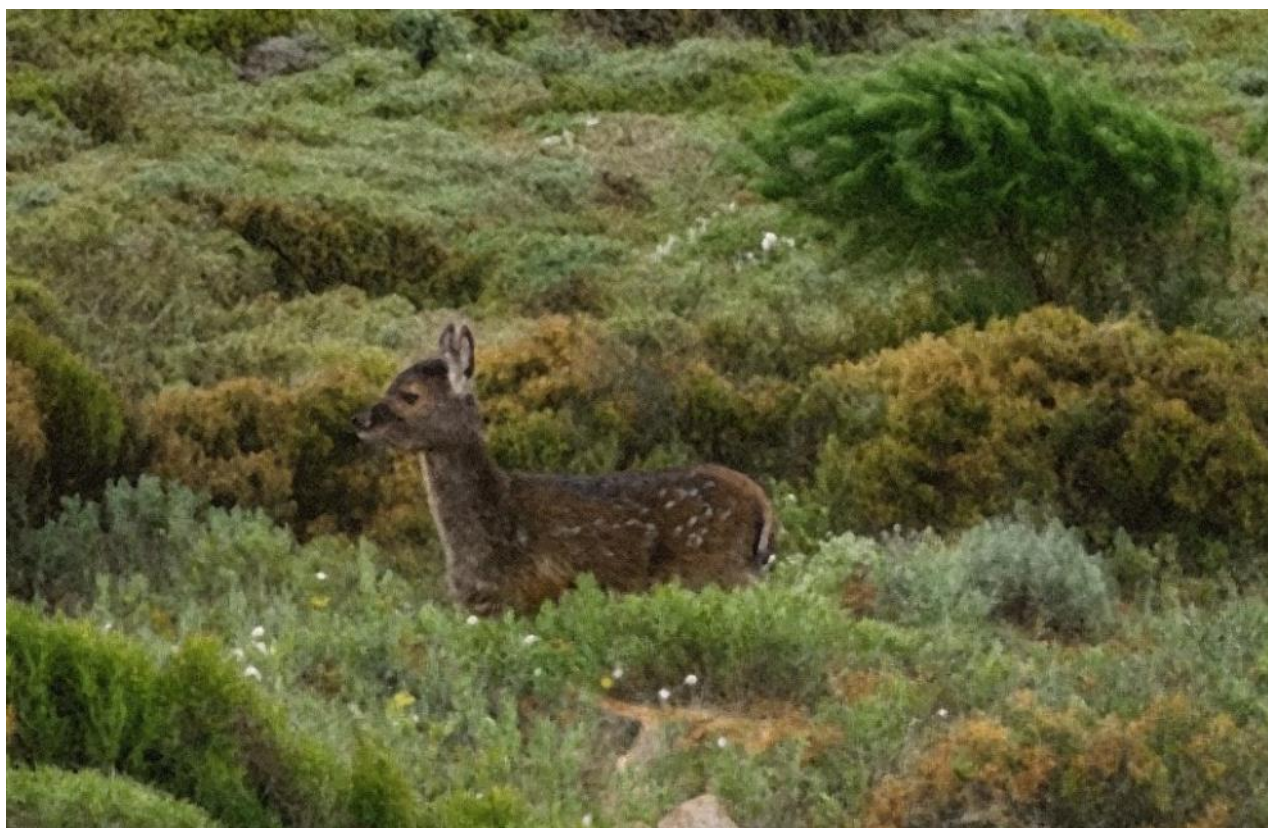


Domenica 16 Novembre

Escursione sociale N 26/2025

Genna Eidadi

Ritrovo	Sestu - Parcheggio MediaWorld ore 7:30 Si raccomanda la massima puntualità e di arrivare almeno 5 minuti prima degli orari indicati. Non si attenderanno ritardatari
Tragitto di avvicinamento	Auto proprie
Cartografia	IGM 1:25.000 F. 546 Sez. II Gonnosfanadiga e F. 547 Sez. III Villacidro
Comune interessato	Villacidro e Gonnosfanadiga
Lunghezza	Km 11 circa
Dislivello	Complessivo m 600 circa. Altezza massima m 1026
Tempo di percorrenza	5 ore circa (pausa pranzo esclusa)
Difficoltà	EE
Segnaletica	CAI: Sentieri 112; D109; 112A; D 112A;
Tipo di percorso	Piste forestali, carrarecce, sentieri, guadi e passaggi su rocce, pietraia
Interesse	Naturalistico, paesaggistico, storico
Attrezzatura	Scarponi da trekking, giacca antipioggia, vestiario modulabile, lampada frontale. Si consiglia un cambio da lasciare in auto.
Pranzo	Al sacco, a cura dei partecipanti
Rientro	Presumibilmente entro le ore 19:00
Iscrizioni	al numero 340 1942296 (Elsa) - solo messaggi WhatsApp - dalle ore 9:00 di Lunedì 10 Novembre e entro le ore 12:00 di Venerdì 14 Novembre.
Numero massimo partecipanti 25. Contributo di partecipazione soci € 3,00, non-soci € 10,00	



Per partecipare

Per motivi di sicurezza la partecipazione è riservata ad un max di 25 partecipanti. La partecipazione è aperta anche ai non soci, **purché escursionisti esperti, allenati e debitamente equipaggiati**. Tale possibilità è riservata 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.

Verrà data la precedenza nelle iscrizioni ai soci che non hanno partecipato alla precedente escursione a condizione che diano la loro adesione entro le ore 12.00 di martedì 11 novembre.

Le iscrizioni dei non soci saranno accettate con riserva e potranno partecipare soltanto se alla scadenza vi saranno posti disponibili.

Descrizione Generale

La Foresta Demaniale di Montimannu - Marganai ricade con i suoi 4600 ettari entro il quadrante sud-occidentale della Sardegna ed è amministrata dai comuni di Domusnovas, Iglesias Gonnostrada, Vallermosta e Villacidro.

La costituzione del primo nucleo risale al 1914 quando il governo espropriò ai privati 1536 ettari di terreni dell'alto bacino imbrifero del *Rio Leni* perché non si erano adoperati per realizzare le opere di sistemazione idraulico-forestale rese necessarie dopo lo sfruttamento intensivo delle risorse naturali ad opera di boscaioli, carbonai e minatori durante il XIX secolo.

In tempi successivi, il nucleo originario fu integrato ripetutamente con ulteriori estensioni di territorio fino a rendere il compendio forestale di Montimannu - Marganai una delle aree montane più vaste dell'isola.

Il settore settentrionale della foresta, oggetto della nostra escursione, presenta un'orografia irregolare caratterizzata dalla successione di vette scistose che con le loro cime arrotondate superano i mille metri di altezza quali *P.ta Cammedda* (1214 m), *Monte Acqua Zinnigas* (1136 m), *P.ta Magusu* (1023 m).

I versanti dei rilievi sono costituiti prevalentemente da poderosi affioramenti di rocce granitoidi la cui formazione è attribuita al periodo Paleozoico in un'età compresa tra i 307 e i 250 milioni di anni. Le rocce, fratturate da potenti faglie e plasmate dalla forza delle acque, danno vita a uno scenario tormentato ricco di guglie, pinnacoli e pareti impervie che si innalzano per centinaia di metri al di sopra di forre e burroni dove, tra rigogliosi agrifogli, ontani, salici e intrecci di specie lianose, scorrono torrenti che precipitano fragorosamente da ripidi salti originando cascate fra le più spettacolari dell'isola come *Muru Mannu*, alta circa 70 metri, e le cascate di *Linis*.

I declivi sono ricoperti da fitti boschi di lecci frammisti a olivastri, filliree, eriche, corbezzoli e ginepri in lenta ripresa dopo lo sfruttamento intensivo al quale è stata sottoposta la copertura boschiva per quasi un secolo e offrono rifugio e sostentamento a numerose specie animali come cervi, cinghiali, volpi, picchi e ghiandaie. Sulle inaccessibili pareti rocciose saltano i mufloni e nidificano rapaci come falchi, poiane e Aquile reali. Sopra le sassose aree cacuminali il bosco fitto si dirada per lasciare il posto alla gariga, una formazione vegetale dove tra le numerose essenze anche esclusive come la Ginestra sardo-corsa vivono lepri, pernici, ricci, rettili e innumerevoli specie di insetti, presenze fondamentali al mantenimento dell'ecosistema e alla ricchezza di biodiversità.

In virtù del suo elevato valore ambientale che include una grande varietà di paesaggi e una ricca biodiversità con numerose specie endemiche, la Foresta Demaniale di Montimannu - Marganai è inclusa nella rete ecologica europea Natura 2000 come Zona Speciale di Conservazione in base alla Direttiva Habitat 92/43/CEE il cui scopo è garantire la conservazione a lungo termine degli habitat naturali e delle specie di flora e fauna.

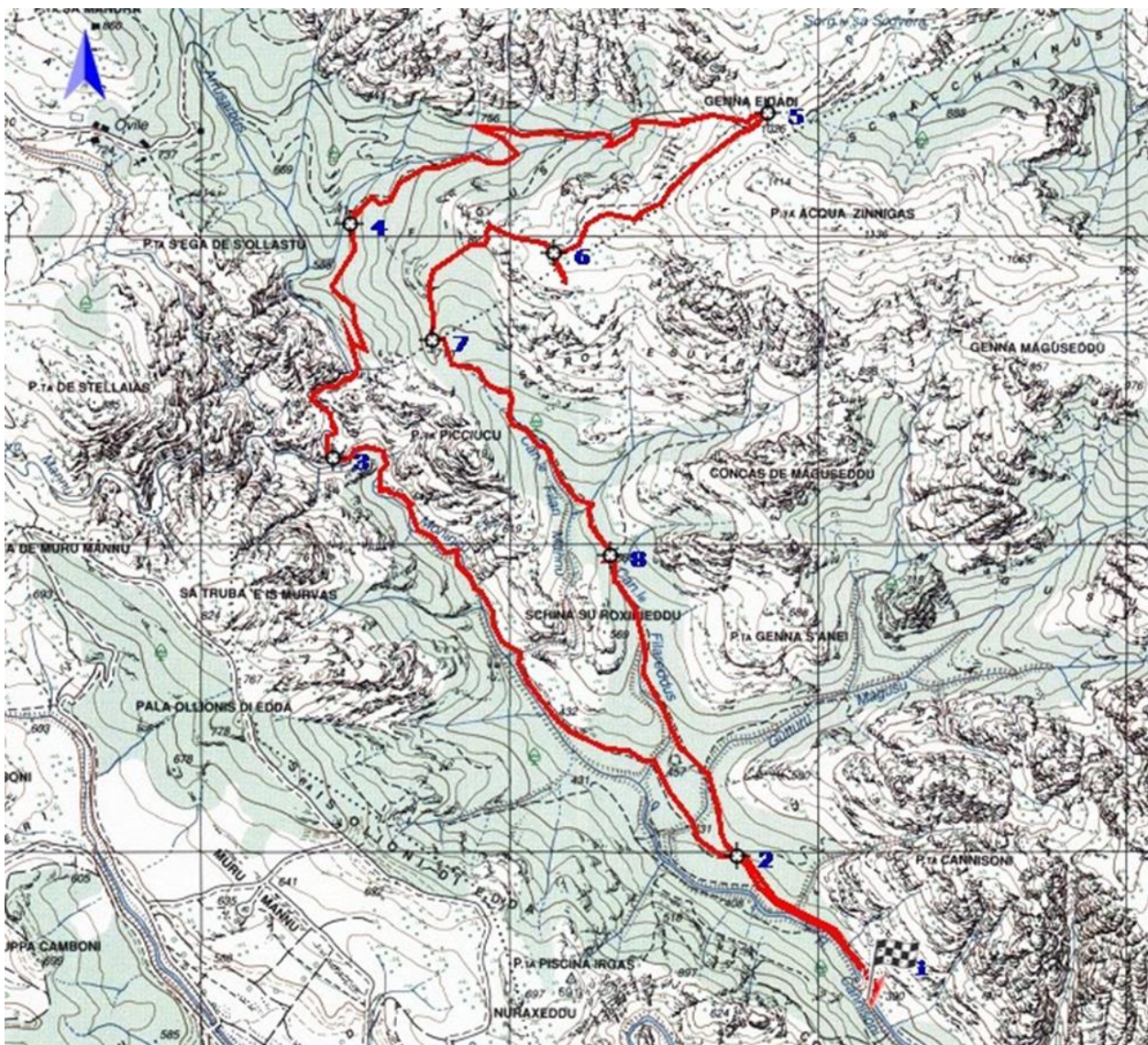
Come si arriva

Da Sestu si prende la SP 8 per raggiungere la SS 130. Giunti all'incrocio si svolta a dx in direzione Iglesias. Al Km 16 si imbecca il bivio per Villasor e dopo 200 m ci si immette nella SS 196 in direzione Villacidro. Al Km 23,6 si sale sulla rampa che introduce nella ex SS 196 e si continua a sx lungo la Strada Comunale di Villacidro. Si segue la strada fin dentro l'abitato e si prosegue lungo via Nazionale fino all'incrocio con via Montimannu (SP 4). Si svolta a sx e si continua lungo la SP 4 per circa 2 km fino al bivio dove un cartello indica la direzione per *Montimannu*. Si prende a dx la strada che costeggia il Lago di Leni, la si percorre per 8,4 Km e si svolta a dx sulla sterrata carrozzabile che conduce a *Montimannu*. Si segue la strada per circa 7 Km fino a giungere a uno slargo nei pressi della traversa idrica sul *Rio Cannisoni* dove si parcheggeranno le auto.

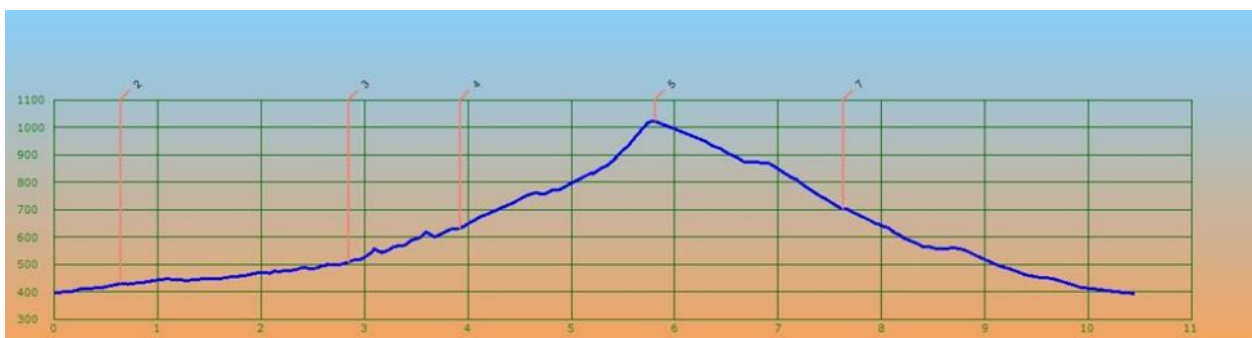
Percorso a piedi

Dallo slargo presso la traversa idrica sul *Rio Cannisoni* (wp 1) ci incamminiamo in direzione NW seguendo la pista forestale che si inoltra nella foresta costeggiando il torrente. Procediamo sul sentiero 112 su fondo sconnesso in progressiva salita e dopo circa 700 m prendiamo a sx il sentiero D 109 (wp 2). Attraversati *Canali Magusu* e *Canali Filareddus* ci muoviamo lungo il *Rio Cannisoni* guadandolo ripetutamente e giunti a un bivio (wp 3) tralasciamo a sx il sentiero che conduce alle cascate di *Muru Mannu* e *Rio Linas* e ci inoltriamo in direzione N nella gola di *Arrusarbus*. Risaliamo l'omonimo rio attraversando numerosi guadi fino a intercettare sulla sx idrografica una mulattiera, purtroppo in rovina, che ci consente di ascendere il costone e raggiungere un sentiero privo di segnaletica che si immerge nel folto bosco. Imbocchiamo la labile traccia in direzione E e la seguiamo fino ad immetterci nella pista forestale che costeggiando il *Rio Figus* attraversa la località che da esso prende il nome (wp 4). Camminiamo sulla sterrata in progressiva salita oltre una sbarra e davanti a una capanna di proprietà privata e dopo alcuni ripidi tornanti intercettiamo sulla dx la traccia del sentiero 112A appena percettibile col piano di calpestio instabile che ascende ripidamente l'impluvio. Ci inerpicchiamo faticosamente per circa 500 m e raggiungiamo il valico di *Genna Eidadi* a 1026 m slm (wp 5) sovrastato dalle imponenti cime di *P.ta Cammedda* a NE e *P.ta Acqua Zinnigas* a SE. Dal valico imbocchiamo il panoramichissimo sentiero D 112A in direzione SE che digrada ripidamente su fondo arenoso e sdruciolevole per ricongiungerci al sentiero 112 (wp 6). Una breve digressione ci consente di raggiungere una "terrazza" rocciosa dalla quale ammirare il panorama sulla sottostante valle di *Magusu*. È questa una delle aree più isolate e selvagge della foresta dove abitualmente trovano rifugio cervi e mufloni, pertanto è fondamentale procedere col massimo silenzio per limitare il disturbo e, se si è fortunati, riuscire a scorgerne qualcuno. Riguadagnato il sentiero D 112A percorriamo circa 800 m in discesa fino a un punto panoramico (wp7) che affaccia sul bacino del *Rio Linas*. Continuiamo a scendere progressivamente su fondo sconnesso e pietroso seguendo il sentiero 112 per immergerci nella fitta foresta lungo *Canali Filari Mannu* e *Canali Filareddus* (wp 8) e, oltre l'incrocio col sentiero D 109, ripercorriamo i nostri passi per raggiungere lo slargo dove abbiamo lasciato le auto.

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, COMPRESI 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 e 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.

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

Elsa Melis - Edoardo Deiana - Antonello Licheri (ASE).

Si ringraziano Giorgio Argiolas (ASE) e Barbara Pisu per il prezioso contributo prestato alla preparazione dell'escursione.

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 6309631. 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 6309631.

Sarà mia cura ricontattarli per concordare un incontro e fornire ogni informazione utile al riguardo. Il Presidente del Gruppo Escursionistico GEsCAI (Claudio Simbula)