



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari  
**Programma Annuale Escursioni  
2025**



SABATO 06 dicembre

32.a escursione sociale

## Le Quattro Stagioni – Punta Nebidedda

(e la diga crollata)

<b>Tragitto</b>	in auto proprie
<b>Ritrovo</b>	Parcheggio comunale Viale La Plaia - Cagliari - ore 07.30 - orario di partenza. Si prega di arrivare 5 minuti prima.
<b>Comuni interessati</b>	Iglesias
<b>Lunghezza</b>	11 km circa
<b>Dislivello in salita e discesa</b>	600 m circa
<b>Tempo di percorrenza</b>	6 ore circa escluse le pause
<b>Difficoltà</b>	E
<b>Tipo di terreno</b>	sentiero, carrareccia, sterrate, guadi
<b>Interesse</b>	Paesaggistico, naturalistico, storico
<b>Segnaletica</b>	Quasi assente
<b>Attrezzatura</b>	scarponi da trekking, vestiario adeguato alla stagione
<b>Pranzo</b>	al sacco a cura dei partecipanti
<b>Acqua</b>	Scorta adeguata alla stagione (almeno 1,5 litri d'acqua)
<b>Rientro previsto a Cagliari</b>	Ore 18,00 circa
<b>Prenotazioni</b>	al n. 347.1286035 (Paola) – solo messaggi WhatsApp dalle ore 09 di lunedì 1 dicembre, entro le ore 12.00 di giovedì 4 dicembre.

Escursione aperta anche ai non soci con le precisazioni nella nota “PER PARTECIPARE”



**Per partecipare:**

La partecipazione è riservata ad un numero massimo di 35 partecipanti; l'escursione è aperta anche ai non soci in un massimo numero di 5, **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.

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

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 di martedì 2 dicembre. L'escursione non presenta particolari difficoltà tecniche, ad eccezione di alcuni brevi tratti molto ripidi in salita (con pendenze fino al 20%), e con piano di calpestio molto dissestato, pertanto è necessario avere passo sicuro **ed una buona preparazione fisica. Inoltre alcuni tratti in salita sono fuori sentiero, perciò sarà necessario mantenere sempre il contatto con chi ci precede e chi ci segue. Il terreno impervio rende indispensabile l'utilizzo delle scarpe da trekking. Chi ne fosse sprovvisto, per motivi di sicurezza, non potrà partecipare all'escursione. Si segnala inoltre che dovremo superare alcuni scalandrini posti lungo le recinzioni.**

### Descrizione generale

Cammineremo in una porzione del Sulcis attraversata dalla foresta Bellicai, scoprendo alcuni siti del comune di Iglesias di interesse panoramico, storico e naturalistico. Il bosco che caratterizza il nostro itinerario è tipicamente mediterraneo, con grande presenza di querce da sughero (*Quercus Suber*), nonché di lecci (*Quercus Ilex*), olivastri, ontani; è presente, soprattutto nella parte più meridionale dell'itinerario, macchia mediterranea bassa con predominanza di cisti, lentisco, ginestra e lavanda. Sono evidenti i segni dell'utilizzo delle querce da sughero per l'estrazione della corteccia, in particolare in alcune zone si noterà la recente asportazione, segno di un'economia ancora basata sulle risorse forestali, oltre che sull'allevamento. Gli unici edifici della zona sono infatti gli ovili, le piccole case degli allevatori, e gli edifici al servizio delle risorse idriche. In particolare a Punta Nebidedda la vegetazione stenta a riprendersi, è infatti caratterizzata da bassa macchia mediterranea, con una forte presenza di lentischio e cisto, mentre è assente il bosco.

Non sono presenti rilievi molto alti, si tratta di una regione collinare: la cima più elevata della nostra escursione è Punta Pitzuga con 519 mt.

L'ambiente è caratterizzato inoltre dalla presenza di corsi d'acqua, in questo periodo con scarso scorrimento, e da 2 laghi artificiali, il lago Monteponi ed il lago Corsi. Il bacino idrico Monteponi è stato utilizzato per una trentina d'anni e poi abbandonato. Avrebbe una capacità di 1.020.000 m<sup>3</sup>, realizzato nel 1954 con la diga omonima sul Rio Bellicai; era destinato a soddisfare le esigenze industriali del bacino minerario. Attualmente lo scarico di fondo viene mantenuto aperto, pertanto l'accumulo d'acqua è assente. Per quanto riguarda il Lago Corsi, anch'esso alimentato dal Rio Bellicai (oltre che dal Rio Canonica), non fa parte del nostro itinerario, ma ha una notevole importanza quale risorsa idrica nella zona.

Il nostro percorso si sviluppa ad anello in senso orario, con piccolo tratto "a bastone" in corrispondenza dell'ascesa verso Punta Nebidedda, alta mt 450.



### Come si arriva

Per raggiungere la località di inizio del trekking utilizzeremo le auto proprie.

Il ritrovo è previsto per le ore 07.30 al parcheggio comunale di Viale La Plaia. 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, e così da procedere al compattamento dei partecipanti in un minor numero di auto.

Dal Parcheggio ci immettiamo sulla SS.130, che percorriamo con direzione Iglesias, per poi ricompattarci al 47° km in corrispondenza del rifornitore di carburante Fiamma2000 (secondo punto di ritrovo). Proseguendo sulla stessa S.S.130, superiamo il bivio per Iglesias, e proseguiamo fino al km 56, svoltando al bivio per Monte Agruxiau-Fluminimaggiore. Abbiamo così imboccato la S.P.84, e vi transiteremo per circa 3 km, svoltando a sinistra in corrispondenza del bivio per la Discarica Controllata Is Candiazzus. La parte successiva è una strada non asfaltata con vari tratti dissestati, percorribili con un po' di attenzione ma è preferibile avere auto con ruote alte. Percorreremo le strade non asfaltate fino alla ex casa del guardia dighe dove posteggeremo le auto. Siamo nei pressi delle diga Monteponi.

### **Itinerario a piedi**

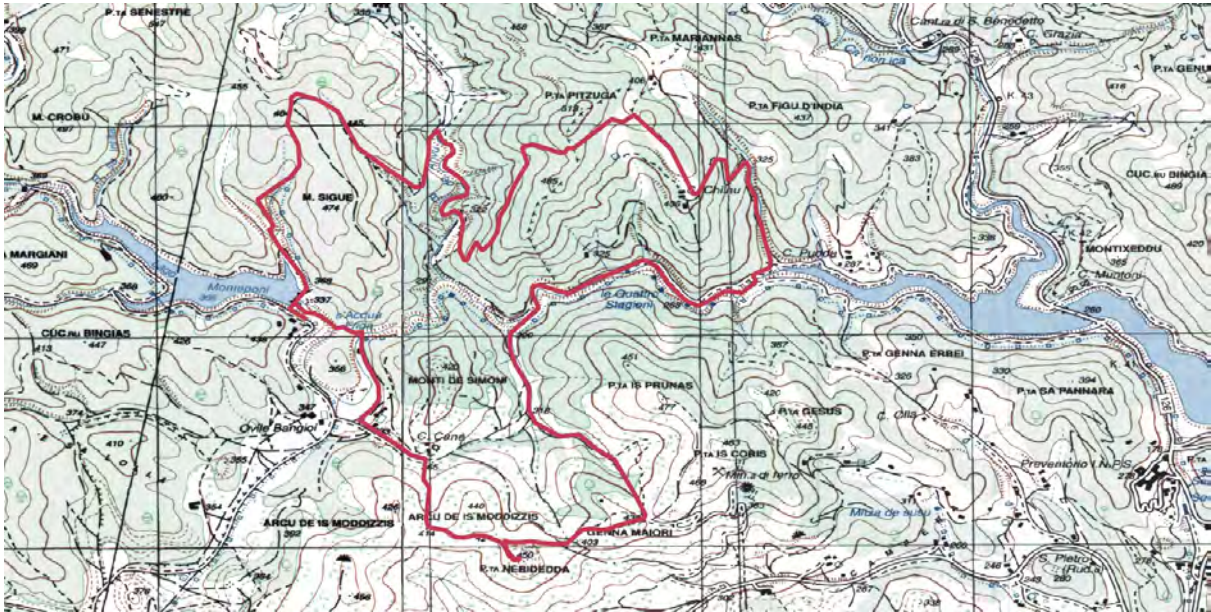
Lasciamo le auto nello spiazzo accanto all'ex casa del custode della diga e scendiamo verso il lago Monteponi, realizzato nel 1954 attraverso la costruzione dell'omonima diga.

Noi costeggiamo il lago in senso orario, trovando (se non intervengono precipitazioni di particolare intensità), il bacino semivuoto, ove scorre solamente pochissima acqua. Oltre alla diga (opera ingegneristica nata per alimentare la miniera Monteponi), passiamo accanto al suo sfioratoio, allontanandocene subito per imboccare una carrabile in direzione N-NO. I sentieri e le carrabili in cui cammineremo ci permetteranno di apprezzare alcuni esemplari molto vetusti di alberi, soprattutto querce da sughero, qualcuna probabilmente centenaria, sebbene non catalogata; affrontiamo diversi saliscendi, alcuni tratti dei quali impegneranno le nostre forze per l'accentuata pendenza, ma non sono mai eccessivamente lunghi. Per raggiungere Punta Pitzuga, risaliamo una semplice carrareccia ed anche ripidi pendii, e soprattutto nell'ultimo tratto non è presente segnaletica, né sentiero. Superando una bassa recinzione, ridiscenderemo attraverso sentieri abbastanza impervi e dissestati verso il lago Corsi, altro bacino artificiale. Tuttavia non sarà da noi visitato, ma lo sfioriamo, allontanandocene subito per giungere in località "Le Quattro Stagioni", nei pressi dei resti di una diga che, appena costruita, crollò nel 1886 a seguito di una pioggia intensa che per la prima volta ne riempì il bacino. La storia di questo grave episodio, che per fortuna non causò vittime, per chi fosse curioso, è approfondita a questo link: [https://www.dighe.eu/storia/iglesias\\_diga\\_dimenticata.htm](https://www.dighe.eu/storia/iglesias_diga_dimenticata.htm). Le cause parrebbero da suddividersi tra difetti progettuali e incuria nella costruzione.

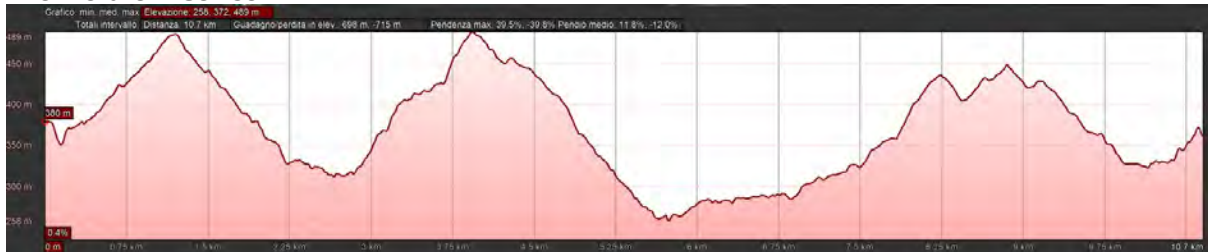
Tornando alla nostra escursione, seguendo il corso del Rio Bellicai (in alcune carte è denominato Rio Arivu), attraverso gradevoli sentieri, con qualche semplice guado, giungiamo all'edificio dell'acquedotto, appunto "Le Quattro Stagioni", costruito ai primi del 900, con delle statue coloratissime ed interessanti (risalenti agli anni 40) raffiguranti le stagioni. Probabilmente sarà questo il luogo dove consumeremo il pranzo, circondati da possenti alberi. Continuiamo poi a seguire il corso del fiumiciattolo, deviando successivamente verso Sud, superando una scaletta a pioli e percorrendo gradevoli sentieri. Attraverso Genna Maiori, che apre ai nostri occhi già una bella prospettiva panoramica, raggiungiamo Punta Nebidedda, dalla quale possiamo spaziare con la vista verso il Marganai (con la Punta San Michele in bella vista), verso la città di Iglesias parzialmente coperta dal colle di Buon Cammino (sarà visibile l'omonima chiesa), e sullo sfondo è visibile il Lattias, ma spaziamo fino a Portoscuso, le isole S.Pietro e S.Antioco. Faremo poi ritorno alle auto passando per la località "S'Acqua Frida", dove è presente una fonte coperta (ma oramai siamo a fine itinerario, pertanto non è possibile farvi affidamento per rinunciare alla propria scorta d'acqua). Nelle vicinanze delle auto valuteremo la possibilità per chi fosse interessato, di visionare la base della diga Monteponi.



## Mappa:



## 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 1,5 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 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.
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:**

**Gilberta Lai (ASE), Paola Zedda, Francesco De Lorenzo.**

#### **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)