



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
Programma Annuale Escursioni
2026



Domenica 15 marzo

7^a Escursione sociale

Tacchi di Ulassai

Tragitto	in auto proprie
Ritrovo1	Park Conad Quartu S.E. - ore 07.30
Ritrovo2	Bar Santorgiu (Km.88 SS.125) - ore 8.20
Ritrovo3	Park Grotte Su Marmuri Ulassai - ore 09.00
Comuni interessati	Ulassai
Lunghezza	12 km circa
Dislivello in salita e discesa	600 m circa
Tempo di percorrenza	6 ore circa (pausa pranzo esclusa)
Difficoltà	E
Tipo di terreno	sentiero/carrareccia/sterrata
Interesse	Paesaggistico, naturalistico;
Segnaletica	parziale
Attrezzatura	Vestiario adatto alla stagione; Scarponi da trekking;
Pranzo	al sacco a cura dei partecipanti
Acqua	Scorta adeguata alla stagione
Rientro previsto a Cagliari	Ore 19,00 circa
Prenotazioni	al n. 335.574.8052 (Gianni) - solo messaggi WhatsApp o Sms
delle ore 09.00 di lunedì 09 ed entro le ore 12.00 di venerdì 13 marzo	

Escursione riservata ai soci; max n. 35 partecipanti; contributo organizzativo 3 euro



Descrizione generale

I **Tacchi d'Ogliastra** occupano una porzione importante del territorio ogliastrino. Sono **monti calcareo-dolomitici** il cui nome deriva dalla loro tipica conformazione, Tra questi **Perda Liana** (Gairo) è il più famoso rappresentante. Si ricordano inoltre il *Tacco di Monte Tisiddu*, il *Tacco Arba di Ussassai*, il *Monte Lumburau*, il *Monte Arqueri*, il *Taccu Anguil'e Ferru* e *Punta Corongiu* di Jerzu. Altri siti di notevole bellezza sono rappresentati dal **passo di San Giorgio**, vicino a Osini, e dalle **grotte di Su Marmuri** (Ulassai). La geomorfologia di questo territorio è caratterizzata da vasti affioramenti di rocce paleozoiche, rappresentate da scisti del Siluriano, che costituiscono il basamento cristallino sul quale poggiano le formazioni calcaree del mesozoico. Sui Tacchi si possono visitare luoghi selvaggi ed habitat unici in Sardegna. Spettacolare è la varietà di specie animali e vegetali di particolare pregio naturalistico, con una presenza di specie endemiche di tutto rilievo. Nell'area dei Tacchi insistono numerosi ed interessanti insediamenti nuragici, tra cui si ricordano quello di *Serbissi*, *Sanu*, *Urceni*, *Mela*, *Is Cocorronis*, *Pranu* e *Su Samuccu*. L'area dei Tacchi preserva le antiche attività agropastorali come l'allevamento, la viticoltura (Cannonau di Jerzu) e l'artigianato. I Tacchi – **massicci calcarei** caratteristici e imponenti – circondano l'area che offre diversi **paesaggi suggestivi** mentre il centro abitato si colloca tra il grande complesso del Tacco di Ulassai a nord e il maestoso Monte Tisiddu a sud.

* *Notizie tratte dal sito ufficiale Forestas*



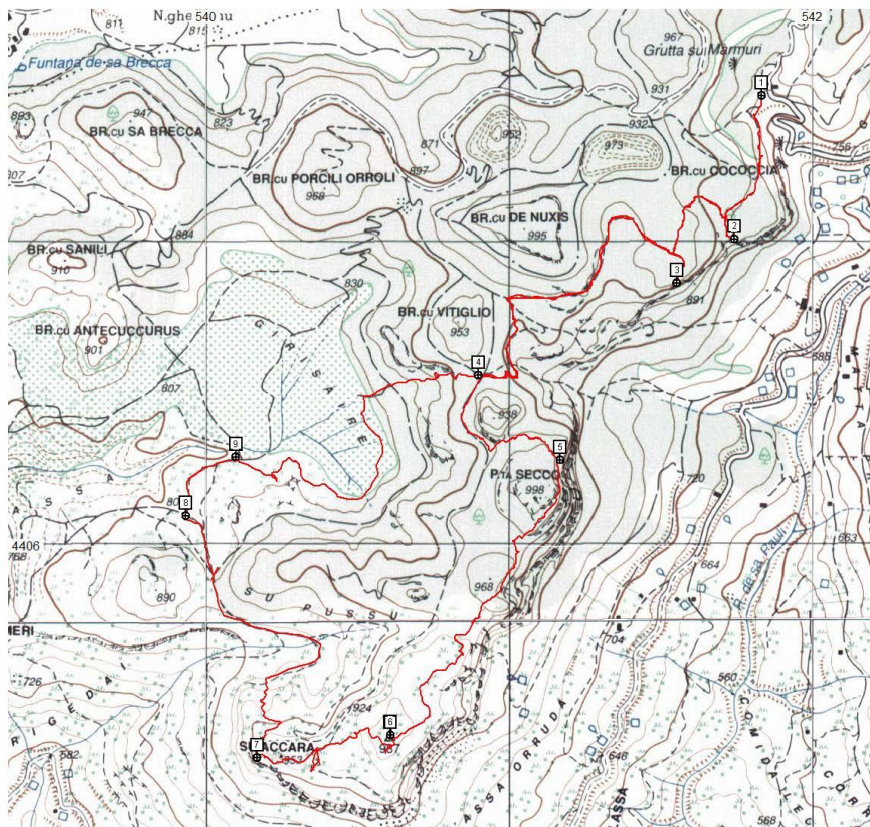
Come si arriva

Dal park Conad di Quartu S.E. dirigiamo verso la SS.125 che percorriamo fino al Km.85 della nuova SS.125. Da qui seguiamo le indicazioni per Jerzu e per Ulassai. Arrivati ad Ulassai seguiamo le indicazioni per le Grotte Su Marmuri. In uno spiazzo in prossimità dell'ingresso delle grotte lasceremo le nostre auto. Distanza da Cagliari circa 130 km.

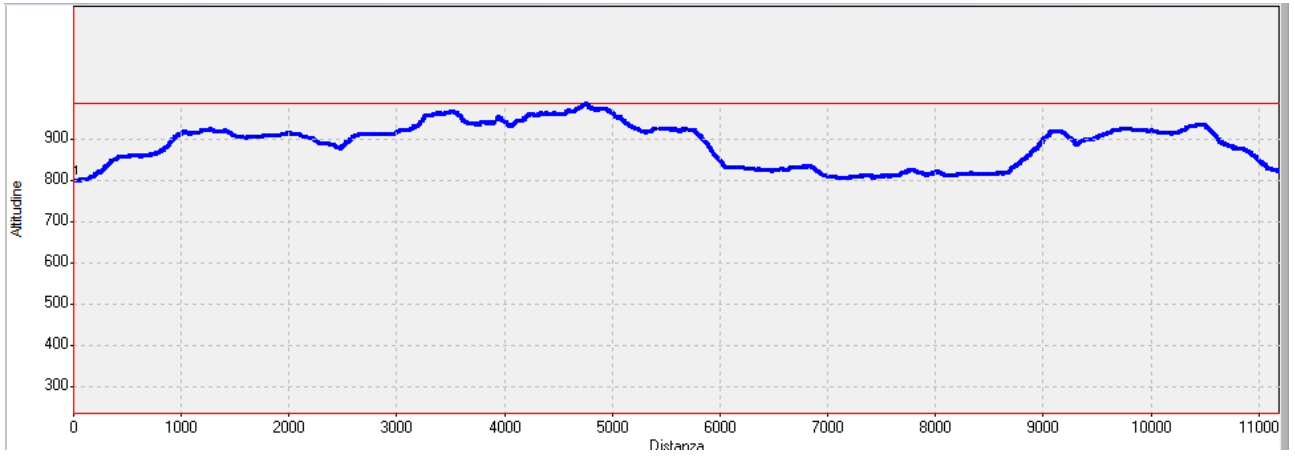
Itinerario a piedi

Lasciate le auto (pto 1 - 800 m) , la traccia , su un bel sentiero, si inerpica con direzione S aggirando Bruncu Cococcia. Il percorso ci offre la possibilità di ammirare dal punto panoramico (pto.2 - 914 m) il suggestivo paesaggio che ci circonda, con il centro abitato di Ulassai incastonato ai piedi del maestoso Monte Tisiddu.

Il nostro percorso prosegue ora, sempre su un bel sentiero, lungo le pendici del Bruncu De Nuxis e del Bruncu Vitiglio, per poi piegare decisamente verso E seguendo un vecchio sentiero che ci riporta ai bordi dell'altipiano per aggirare le propaggini di Punta Secco. Il percorso in un ambiente pieno di fascino alterna stupende viste sul paesaggio circostante per arrivare quindi alla vedetta nei pressi di Sa Accara (pto 6 -980 m). Da qui un bellissimo tratto di sentiero molto panoramico ci porta quindi a Sa Accara (pto 7 -950 m). Il nostro percorso prosegue ora su pista forestale per arrivare quindi alla bella Funtana Cirisai (pto 9 - 811 m) dove è prevista anche la pausa pranzo. Dopo la sosta il percorso riprende su un bel sentiero che ci permette di ammirare una serie di notevoli esemplari secolari di alberi monumentali, veri patriarchi della natura. La traccia prosegue ora in salita per condurci verso le propaggini di Bruncu Vitiglio e da qui (pto.4- 900 m) riprendere a ritroso il sentiero percorso nella prima parte del mattino fino alle nostre macchine.



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 effettuate 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

Gianni Cotza (ASE) Claudio Simbula (ASE) Onofrio Usai (DDE)

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

Per motivi di sicurezza la partecipazione è riservata ad un max di 35 partecipanti, esperti e allenati. Verrà data la precedenza nelle iscrizioni ai soci che non hanno partecipato alla escursione del 01 marzo (Piscina Lecis – Rio Flumini Uri) a condizione che diano la loro adesione entro le ore 12.00 di martedì 10 marzo.