



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari

Programma Annuale Escursioni 2018



domenica 17 giugno

15^a ESCURSIONE SOCIALE

Foresta Pantaleo Sicuri sul sentiero 2018

Tragitto	in auto proprie
Ritrovo 1	Park Mediaworld - ore 06.30
Ritrovo 2	Pantaleo - Caserma forestale - ore 08.00
Comuni interessati	Santadi
Lunghezza	6 km circa
Dislivello in salita e discesa	300 m circa
Tempo di percorrenza	3 ore circa
Difficoltà	E
Tipo di terreno	Sterrata, carrareccia, mulattiera e sentiero
Interesse	Paesaggistico, naturalistico, storico;
Segnaletica	parziale
Attrezzatura	scarponi da trekking, vestiario adeguato alla stagione, mantella anti-pioggia
Pranzo	al sacco a cura dei partecipanti - possibilità di prenotare pranzo al prezzo di 12 euro - ai numeri 347.21.94.636 oppure 349.64.04.245 entro il 10 giugno (Proloco Santadi e Auser)
Acqua	Scorta adeguata alla stagione (almeno 2 litri)
Rientro previsto a Cagliari	Ore 18,00 circa
Prenotazioni	solo Sms o Whatsapp al n. 339/63.09.631 (Claudio)



La partecipazione è gratuita e aperta anche agli escursionisti non soci, purchè debitamente equipaggiati. Per motivi organizzativi si raccomanda vivamente di comunicare quanto prima la propria adesione con le modalità sopra indicate. Nel caso di elevato numero di richieste, chi non avesse prenotato per tempo potrebbe non essere ammesso a partecipare.

Introduzione

La manifestazione è inserita nel programma della giornata nazionale Sicuri sul Sentiero promossa dal Club Alpino Italiano e dal Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico.

Lo scopo principale dell'iniziativa è creare sensibilità, ovvero, accrescere la consapevolezza dei rischi e dei limiti personali accettabili nella frequentazione dell'ambiente montano ed ipogeo.

Così, domenica 17 giugno 2018, col titolo "SICURI sul SENTIERO", il Corpo nazionale soccorso alpino e speleologico del CAI, le Sezioni del CAI, le Commissioni e Scuole Centrali di Escursionismo e di Alpinismo Giovanile del CAI, le Scuole di Alpinismo del CAI, Enti ed Associazioni sensibili, daranno vita a manifestazioni che, si spera, possano raccogliere l'interesse e la partecipazione delle edizioni passate.

Sono previste diverse attività, tra le quali:

- Escursione a piedi e in mountain bike;
- Esposizione materiali e tecnologie in dotazione al Soccorso Alpino e Speleologico;
- Arrampicata e teleferica bambini;
- Dimostrazione Unità Cinofile;
- Pranzo organizzato dalla Pro Loco di Santadi (su prenotazione presso la stessa);
- Illustrazione sentieristica CAI - Agenzia Forestas;
- Stand Informativi di vari Enti ed Organizzazioni;

Il programma di massima prevede:

- ritrovo presso il complesso forestale di Pantaleo alle ore 08.00

- Presentazione della manifestazione e delle varie attività;

- alle ore 08.30 inizio escursione; la durata sarà di circa 3 ore per lasciare spazio alle dimostrazioni che il Soccorso Alpino organizzerà a partire dalla fine della mattinata.

Aggiornamenti e maggiori informazioni sulla pagina Fb del SASS - Soccorso Alpino e Speleologico della Sardegna

Descrizione generale

La Foresta Demaniale Pantaleo si estende per 4.231 ettari in agro dei comuni di Santadi e Nuxis; con le limitrofe Foreste demaniali di Pula, Monti Nieddu, Gutturu Mannu e Tamara Tiriccu costituisce un complesso accorpato che supera i 22.000 ettari e che rappresenta il cuore del Parco Regionale di Gutturu Mannu.

La complessa articolazione geologica dell' area si esprime con la presenza di rocce di differente natura e formazione cronologica, infatti, la foresta si estende per la massima parte sui graniti con intercalazioni di rocce metamorfiche e di sedimenti calcareo-dolomitici.

La zona è ricca di corsi d' acqua a carattere torrentizio e di numerose sorgenti, tra esse sono particolarmente rinomate quelle di Is Figueras e di Palesarangiu.

Il clima è quello caratteristico della fascia fitoclimatica del lauretum, ovvero, con siccità estiva prolungata, piovosità modulata in relazione all' altitudine e all' esposizione dei versanti (circa 1000 mm annui) e sporadiche precipitazioni nevose.

La foresta di Pantaleo vanta la più estesa lecceto esistente al mondo. Infatti, l' elemento caratteristico è il leccio, che costituisce la varietà più diffusa nel territorio dove forma associazioni miste con la sughera.

Moltissime specie animali trovano a Pantaleo il loro habitat ideale, tra essi il cervo sardo, il cinghiale, la volpe, il daino, il gatto selvatico, la martora e la donnola, insieme a numerosi uccelli, soprattutto migratori, mentre, tra i rapaci, nidificano nella foresta l' aquila reale, l' astore, lo sparviere ed il falco pellegrino.

La foresta è stata frequentata dall'uomo fin dalle epoche più antiche. La storia della foresta mutò a partire dal 1872 e fino al 1951 quando divenne possesso della francese Compagnie des Forges et Acieries de la Marine d'Homecourt, la quale inizialmente la sfruttò per la produzione del carbone, quindi, costruendovi un impianto di distillazione del legno, per quella di acetone, un liquido altamente infiammabile, impiegato soprattutto per usi militari durante le due guerre mondiali.

I prodotti della lecceto venivano così imbarcati per Marsiglia e Tolone sulle navi in rada nella baia di Porto Botte, dove giungevano tramite una piccola linea ferroviaria di cui oggi resta solo l'antico tracciato.

Subito dopo la guerra, la foresta di Pantaleo venne ceduta all'Impresa Forestale Sarda, con sede a Firenze, ai fratelli Poli, i quali ne sfruttarono il legname dal 1956 fino al 1981, anno in cui la Poli vendette all' Azienda Foreste Demaniali della Regione Sardegna.

(notizie tratte dal sito www.sardegnaforeste.it)

Come si arriva

Il tragitto si svolgerà con le auto proprie.

Il ritrovo è previsto per le ore 06.30 a Sestu - Parcheggio Mediaworld lato ex Carlo Felice.

Usciti dal parcheggio Mediaworld alla rotonda si gira a sx con direzione SS. 130. Dopo circa 2 km, all'incrocio si prende la SS.130 (con direzione Iglesias), che percorriamo fino all'uscita verso la zona industriale. Qui prendiamo la SP2 che percorriamo fino all'incrocio con la SS.293 di Giba. Proseguiamo quindi sulla SS.293, e dopo aver superato Nuxis, all'altezza della cantina sociale di Santadi svoltiamo a sx e prendiamo la Via Cagliari. Dopo aver attraversato Santadi seguendo le indicazioni Terresoli prendiamo quindi la SP.1 fino ad arrivare al Complesso Forestale di Pantaleo. Distanza totale da Cagliari circa 65 km.

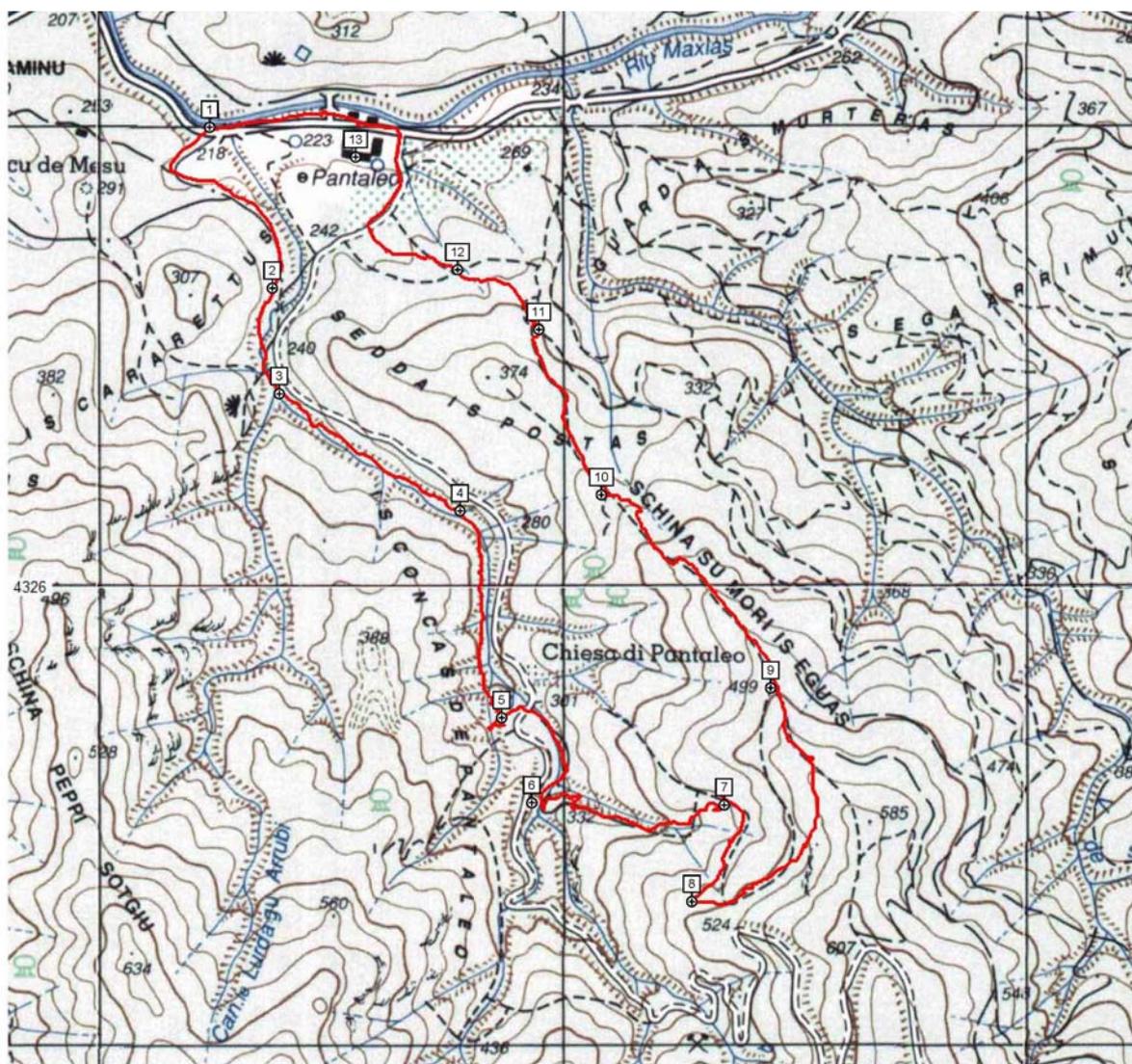
Itinerario a piedi

Dalla Caserma Forestale, percorriamo verso W un breve tratto di asfalto per individuare l'accesso di un camminamento che costeggia la recinzione del vigneto impiantato dalla forestale. Intercettiamo quindi la strada forestale e subito dopo troviamo le indicazioni di inizio del Sentiero Natura, realizzato dalla Forestale.

Dopo aver ammirato un raro esemplare di ibrido leccio/sughera, superato la sbarra percorriamo tutto il percorso natura, costeggiando il corso del rio, fino a giungere alla sorgente di *Is Figueras*. Faremo qui una breve sosta, anche per ammirare la bella foresta che ci circonda.

Dirigiamo quindi verso S intercettando un sentiero. Superato il Rio iniziamo la risalita con un qualche tornante verso *Schina su mori is eguas*. Una risalita importante però tutta sotto il bosco.

Incrociamo quindi una vecchia mulattiera, frequentatissima dai ciclo-escursionisti, che tutta in discesa ci riporterà al punto di partenza.



Avvertenze

Il terreno impervio, per lunghi tratti accidentato, rende indispensabile l'utilizzo delle scarpe da trekking. Chi ne fosse sprovvisto, per motivi di sicurezza non potrà partecipare all'escursione.

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.

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

AE (Accompagnatori di Escursionismo) e ASE (Accompagnatori Sezionali di Escursionismo) della Sezione CAI di Cagliari