



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
**Programma Annuale Escursioni
2019**



domenica 17 marzo

4^a Escursione Sociale

MONTE SANTA BARBARA

DATA	17 marzo
GRUPPO MONTUOSO	Monti di Capoterra
CARTOGRAFIA	IGMI 1:25000 F. 565 Sez. I
COMUNI INTERESSATI	Capoterra
LUNGHEZZA	9 km circa
DISLIVELLO SALITA	500 m circa
DISLIVELLO DISCESA	500 m circa
TEMPO PERCORRENZA	6 ore circa (soste e pausa pranzo escluse)
DIFFICOLTA'	EE
SEGNALETICA	assente
TIPO DI TERRENO	sterrate, labili tracce di sentiero, mulattiere, passaggi su rocce, passaggi esposti, greto di torrente
INTERESSE	paesaggistico, naturalistico, archeologico
ACQUA	scorta adeguata alla stagione, almeno 2 lt
RIENTRO	ore 19.00 circa a Cagliari
DIRETTORI ESCURSIONE	P. Grom, M. Galasso, G. Pollano, E. Melis,
SEGNALE GSM	scarso
NOTE	
RITROVO 1	CAGLIARI - PARCHEGGIO VIALE LA PLAIA ore 8:30 PUNTUALI!!
RITROVO 2	
TRAGITTO	in auto propria
ATTREZZATURA	scarponi da trekking, vestiario adeguato alla stagione, mantella antipioggia, pila frontale, calze di ricambio
PRANZO	al sacco a cura dei partecipanti
PRENOTAZIONI	al n 3401942296 (Elsa) dal 11 marzo al 14 marzo dalle ore 9.00 alle ore 12.00 e dalle ore 16.00 alle ore 20.00, il 15 marzo entro le ore 10.00.



Introduzione

La cima arrotondata del Monte Santa Barbara svetta a 615 m d'altezza sulla porzione di territorio del *Sulcis* amministrato dal comune di Capoterra, nel settore meridionale dell'isola. Si erge sul limitare della piana del *Campidano* dove, con le sue rocce granitoidi polimorfe messe in posto durante l'era Paleozoica, in un periodo compreso tra 280 e 300 milioni di anni, costituisce una quinta che separa lo *Stagno di Cagliari* e il golfo antistante dal fitto avvicendamento di valli e rilievi che caratterizzano il paesaggio a occidente. Insieme a numerose emergenze circostanti quali *Punta S'Aingiu Mannu* (606 m), *Monte Conchioru* (740 m) e *Monte Turrineri* (690 m), incornicia a sud il bacino del *Rio San Girolamo* alimentandolo con le acque meteoriche che, ruscellando, incidono i versanti impervi con precipiti canali detritici nel cui alveo corrono, con rapide e salti, fino a valle. La vegetazione è composta prevalentemente da bassi arbusti tipici della macchia mediterranea come cisti, corbezzoli, lentischi, olivastri, eriche e filliree e appare fortemente condizionata dal pascolamento di erbivori domestici e dalle attività umane che per secoli si sono svolte su questi territori come la produzione di carbone di legna e, più recentemente, l'estrazione dei minerali d'uranio. Lungo le rive dei canali si intrecciano fittamente i rovi e le specie lianose e nel greto dei torrenti spiccano vistosi gli oleandri. Nonostante sia stato assediato per secoli dall'antropizzazione, il Monte Santa Barbara ospita una variegata fauna selvatica con numerose specie sottoposte a tutela. Gli insettivori balestrucci compiono le loro evoluzioni nella fascia pedemontana mentre dai costoni inaccessibili si alzano in volo corvidi dalla livrea lucente e le poiane, a caccia di piccoli mammiferi e anfibi, volteggiano sui picchi granitici lanciando i caratteristici fischi. Nei recessi più nascosti non mancano cinghiali, volpi e donnole.

Come si arriva

Da Cagliari si prende la SS 195 *Sulcitana* in direzione Pula. Tralasciato il bivio per Capoterra, dopo la rotatoria, si prosegue per cinquanta metri e si svolta a dx sulla Strada Vicinale *Santa Barbara* seguendo le indicazioni per la frazione *Poggio dei Pini*. Giunti all'abitato si continua lungo la Strada N 26, oltre il *Lago Grande*, fino a una biforcazione. Si prosegue a dx seguendo i cartelli indicatori per la chiesa di *San Girolamo*. Dopo circa cinquanta metri si svolta a dx sulla Strada N 52 in direzione Capoterra e la si segue per un chilometro fino a trovare, a sx, l'imbocco della strada rotabile che oltre il ponte sul *Rio San Girolamo* conduce allo slargo dove si lasceranno le auto.

Itinerario a piedi

Dallo slargo dove sono parcheggiate le auto (p.1) si percorre la ripida strada sterrata carrabile che risale lungo *Genna e raboni*, in direzione SW. Raggiunto il culmine, si continua in leggera discesa fino a individuare, a sx, un cartello che indica il principio del fondo di proprietà della *Cooperativa Poggio dei Pini*. Ci si inerpica, a sx, su evanescenti tracce create dal passaggio di animali e si sale fra gli arbusti in direzione ENE fino a individuare un cumulo di sassi con un segno di confine. Da qui si piega a SSW per raggiungere, oltre un secondo segno di confine, un ampio slargo arenoso dove finisce una striscia tagliafuoco che proviene dalla chiesa di *San Girolamo* (p.2). Si attraversa lo slargo per proseguire, a sx, su una mulattiera che sale lungo il costone per interrompersi all'improvviso davanti a un balcone granitico. Ci si arrampica brevemente sulle rocce e si continua a salire sul pendio per raggiungere un punto panoramico. Si progredisce sempre in salita tra la folta vegetazione seguendo labili tracce tra le rocce affioranti fino ai resti di un'antica massicciata. Ci si inerpica sul versante scosceso in direzione SSW facendosi strada fra rocce e arbusti con l'aiuto delle mani. Si aggira l'anticima segnata in carta con quota 543 dirigendosi a ESE lungo un traverso esposto e dirupato che conduce a mezza costa fin sotto la vetta del Monte Santa Barbara. Si riprende la salita fra picchi granitici e placche rocciose fino al pianoro sulla cima disseminato da pittoreschi affioramenti granitoidi (p.3). Si attraversa il pianoro tra la gariga in direzione SW per raggiungere un terrazzo panoramico. Si intraprende, a SE, la ripida discesa fra i graniti del costone verso *Arcu s'Oloni*. Qui, fra l'intricata vegetazione, si imbecca il sentiero che scende sdrucchiolevole, dentro un canale pietroso e lungo i resti di antiche mulattiere per immergersi nel bosco fino alla testa della valle del *Rio San Girolamo*. Dopo aver guardato il *Canale Bacchialinu* (p.4), ci si inoltra in un sentiero che procede in direzione NNE e lo si segue per circa 1500 m camminando lungo la sinistra idrografica del *Rio* che scorre incassato fra alte pareti granitiche. Superati alcuni guadi, si raggiunge una strada sterrata carrabile che scendendo da NE attraversa il *Rio* e continua sulla sx idrografica riducendosi a una traccia erbosa che termina dentro l'alveo pietroso. Dopo pochi metri si riguadagna una mulattiera, a sx, e la si percorre fino a una frana poderosa. Si attraversa il greto e si seguono i meandri del *Rio San Girolamo*, lungo la dx idrografica, sotto le alte rive franose fino a intercettare, antistante il rudere di un edificio di servizio alla miniera di

Arcu su Linnarbu, una strada sterrata carrabile. La si percorre per alcuni metri fino a individuare, sulla dx, una deviazione che sale ripidamente in direzione NNE e in breve conduce allo slargo dove si trovano le auto (p.1).

Profilo altimetrico



Norme di comportamento da tenersi durante le escursioni

Ogni elemento del gruppo durante l'escursione dovrà stare sempre dietro il Direttore conduttore di Escursione e ne dovrà seguire scrupolosamente le indicazioni. Non attenersi alla regola vale come rinuncia implicita al nostro accompagnamento e all'assicurazione del CAI. Chi dovesse fermarsi per necessità fisiologiche lasci il sacco lungo il sentiero e chi chiude la fila saprà che deve attenderlo. Non è gradito che si fumi durante l'escursione. Non si lasciano rifiuti di alcun tipo; i rifiuti si riportano a casa.

Ogni infrazione può essere motivo per l'esclusione da successive partecipazioni.

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

Margherita Galasso, Giacomo Pollano, Elsa Melis, Petra Grom.

La prossima Escursione Sociale è in data

**Direttori:
Prenotarsi in tempo!!**

