



Club Alpino Italiano – Sezione di Cagliari
**Escursioni Sociali e GEsCAI
2016**



14^a Escursione Sociale PUNTA BOLENTINO

DATA	16 ottobre
RITROVO 1	Park MediaWorld SESTU - Ore 8,00 - PUNTUALI!!
TRAGITTO	in auto proprie
CARTOGRAFIA	IGMI 1:25000 Serie 25
COMUNI INTERESSATI	DOMUSNOVAS - FLUMINIMAGGIORE
LUNGHEZZA	14 km circa
DISLIVELLO IN SALITA	550 m circa
DISLIVELLO IN DISCESA	550 m circa
TEMPO DI PERCORRENZA	7 ore circa, (soste e pausa pranzo esclusa)
DIFFICOLTA'	E
SEGNALETICA	assente
SEGNALE GSM	-
TIPO DI TERRENO	sentiero, sterrata, non presenta tratti esposti
INTERESSE	paesaggistico, naturalistico
ATTREZZATURA	vestiario adatto alla stagione; scarpe da trekking, mantella antipioggia, pila frontale
PRANZO	al sacco a cura dei partecipanti
ACQUA	scorta adeguata alla stagione
RIENTRO	ore 18,00 circa a Cagliari
DIRETTORI DI ESCURSIONE	M. Meloni (AE), C. Simbula (ASE), G. Argiolas (ASE) P. Grom, P. Serra

Una bella escursione alla scoperta del compendio e della Foresta Marganai.



Avvertenze importanti

L'escursione non presenta particolari difficoltà tecniche. Tuttavia si deve segnalare che la lunghezza del tracciato richiede comunque una buona condizione fisica.



Descrizione generale

La Foresta Demaniale del Marganai è situata nella zona sud occidentale del massiccio montuoso del Linas e delimitata dai comuni di Iglesias, Domusnovas e Fluminimaggiore.

La zona settentrionale del compendio (circa 450 ha) è compresa nel Sito di Importanza Comunitaria (SIC) del Monte Linas.

Dal punto di vista geologico l'area della foresta è costituita da scisti, dolomie, trachiti e calcari dolomitici del Paleozoico e del Mesozoico. Tutta l'area è caratterizzata da uno spiccato carsismo, fenomeno rilevabile dalla morfologia dei luoghi, da frequenti doline, inghiottitoi e dalle numerose grotte e cavità.

Il massiccio del Marganai occupa il settore orientale dell'anello metallifero dell'iglesiente. Questo spiega la grande concentrazione di siti minerari presenti al suo interno. In tutte si estraeva in prevalenza galena argentifera e calamina, ma anche piombo, argento, rame e zinco.

La vegetazione dell'intero complesso è rappresentata principalmente da boschi di latifoglie a dominanza di leccio e corbezzolo.

La fauna è caratterizzata dalla presenza dominante dei cinghiali, ma non è rara la presenza della volpe, del coniglio selvatico, della lepore, della donnola e del riccio. Ricca la presenza di varie specie di uccelli, sia migratori che stanziali. Fanno la loro comparsa anche i grandi rapaci sia notturni che diurni.

Come si arriva

Dai parcheggi di Media World ci dirigiamo verso la SS 130. Percorriamo la SS. 130 e dopo aver superato il cartello che riporta il Km.42, prendiamo l'uscita per Domusnovas -Musei. Subito dopo l'uscita superiamo un incrocio seguendo l'indicazione Domusnovas. Alla successiva rotonda prendiamo la seconda uscita e seguiamo verso Perda Niedda, trascurando ogni altra deviazione. Lungo il tragitto incontriamo un tratto di strada sterrata di circa 2 km in pessime condizioni, ma comunque percorribile senza problemi con qualsiasi vettura. Riprendiamo l'asfalto e all'altezza dell'incrocio che porta verso le Grotte di San Giovanni seguiamo

verso N l'indicazione dell'Agriturismo Perda Niedda fino a raggiungerlo. Qui, in uno slargo parcheggiamo le auto ed iniziamo l'escursione a piedi.
Distanza da Cagliari circa 60 km.

Itinerario a piedi



L'escursione presenta una prima parte quasi interamente sotto il bosco, di immersione totale nella foresta, lungo strade forestali, vecchie carrareccie e mulattiere in buono stato.

Lasciate le auto (p.to1 - q.680 m) prendiamo un passaggio largo verso W che presto lasciamo per intercettare un sentierino che vira verso N/NW. Attraversiamo su tracce di sentiero *Tuppa S. Barbara* e *Sa Tellura* fino a raggiungere una sterrata (pt 2 - 785 m).

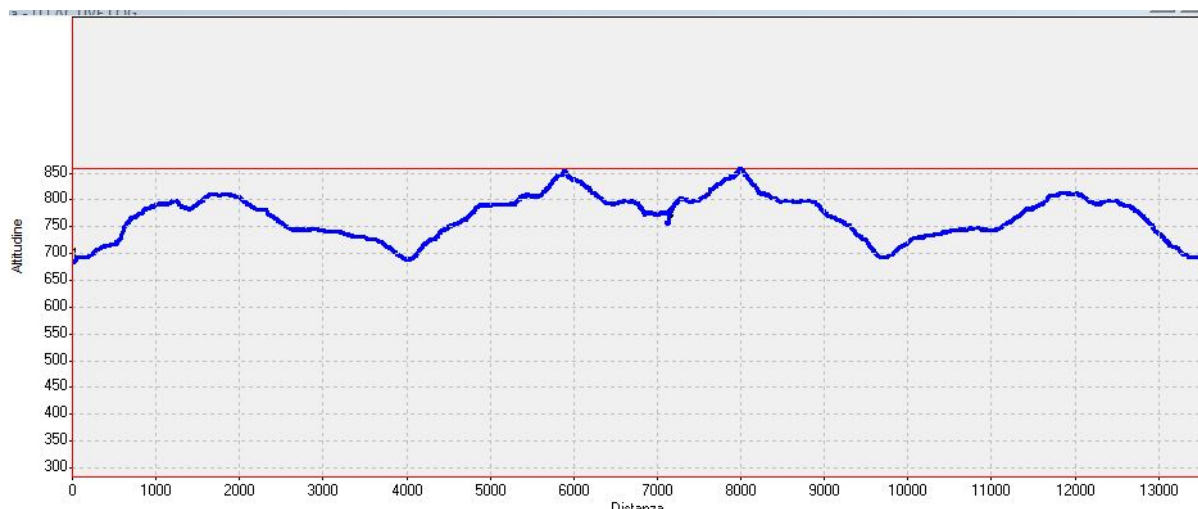
Il percorso aggira quindi ad W la *P.ta Nebidedda*, immersi in un meraviglioso bosco. Proseguiamo in direzione N fino ad un bivio (pt.3 - 680 m), che verso E porterebbe verso la Valle di Oridda; invece noi proseguiamo verso W verso la *P.ta Bolentino* (q.871m).

Dopo il superamento di un vecchio ovile arriviamo su una bella radura (pt.4 - 850 m). Ora il percorso diventa molto panoramico, con ampi scorci sulle montagne del compendio del Linas e sulle montagne del Marganai. La traccia diventa qui meno evidente, a tratti si perde e si procede in alcuni tratti quasi in libera.

Dopo aver ammirato il panorama, la vecchia carrareccia ci porta ora verso il guado del rio *S'acqua Gutturxius* (che poi prende il nome di *Canale Sa Meliana* ed unendosi al *Canale di S'Arrusu* arriva fino al *Rio Oridda* che va a formare poi le cascate di *Piscina Irgas*). L'acqua che scorre (poca in verità in questo periodo) forma delle piccole piscine e le rocce di levigato granito ci offrono un bel posto dove poterci fermare per la pausa pranzo (pt.5 - 780 m)

Dopo aver consumato il pranzo si rientra alle auto facendo il percorso a ritroso.

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.



Informazioni utili

- SALVO AVVISO CONTRARIO pubblicato nel sito www.caicagliari.it le prenotazioni alle escursioni vanno effettuate rivolgendosi ai responsabili delle prenotazioni ivi indicati. Nella stessa pagina si viene indirizzati al sito del **GESCAI** dove, nella pagina "**La Scheda**" vi sono le più ampie indicazioni e nella pagina "**La descrizione**" potete leggere queste righe.
- SALVO AVVISO CONTRARIO pubblicato nell'apposita pagina del sito **GESCAI**, le prenotazioni alle escursioni vanno effettuate rivolgendosi al responsabile indicato nella pagina "**La scheda**".

- Le prenotazioni vengono effettuate in ordine di tempo finché ci sono posti disponibili ed è possibile dare disdetta entro le ore 12.00 del venerdì precedente.
- I Soci evitano di presentarsi alla partenza senza aver prenotato entro i termini previsti.
- **I Soci non scordino la tessera sociale, soprattutto se approvati di recente.**
- Non si attendono i ritardatari, al massimo cinque minuti dopo l'ora fissata, si parte.

Le escursioni sono tutte "Sociali" ed organizzate dal GEsCAI.

Quelle classificate EE sono in linea di massima riservate ai Soci del Gruppo GEsCAI o del CAI, di cui si conoscono le capacità. Il Direttore di Escursione può ammettere NON Soci di cui conosce le capacità a questa tipologia di escursioni e se ne assume la responsabilità.

Avvertenze e consigli

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

In caso di meteo avverso, i partecipanti verranno avvisati il venerdì precedente l'escursione.

Chi assume medicine ricordi di portarle con sé assieme alla posologia prevista.

L'alimentazione dell'escursionista 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 lt. d'acqua.

Norme di comportamento da tenersi durante le escursioni:

Qualunque partecipante - SOCIO o NON SOCIO - risponde esclusivamente alle direttive del Direttore di Escursione e le seguirà scrupolosamente; il non attenersi vale come rinuncia implicita al nostro accompagnamento ed alla 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.

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

Maria Meloni(AE), Claudio Simbula (ASE), Giorgio Argiolas (ASE), Petra Grom, Paola Serra.