



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



domenica 09 marzo

7.a escursione sociale

Traversata Bruncu Is Burras – M. Genna Limpia - M. Arcuenteddu

Tragitto	in pullman
Ritrovo	parcheeggio Media World ore 07.45
Comuni interessati	Arbus, Gonnosfanadiga
Cartografia	IGM scala 25.000 foglio 538 II e 546 I
Lunghezza	8,5 km
Dislivello	712 m salita, 726 m in discesa
Tempo di percorrenza	6 ore (soste e pausa pranzo escluso)
Difficoltà	EE
Tipo di terreno	lunghi passaggi su roccia, labile traccia di sentiero, mulattiera, sterrato
Interesse	paesaggistico, naturalistico
Segnaletica	assente
Attrezzatura	scarponi buoni da trekking, pila frontale, abbigliamento adeguato alla stagione
Pranzo	al sacco a cura dei partecipanti
Acqua	scorta adeguata alla stagione, min. 2 litri
Rientro previsto a Media World	ore 18.30 circa
Prenotazioni	Da lunedì 03 marzo ore 09.00 a venerdì 07 marzo ore 12.00 al numero 3288740282 (Petra) solo messaggi WhatsApp o SMS indicando nome cognome e numero di telefono di ogni partecipante Si accettano prenotazioni esclusivamente da chi ha letto tutta la descrizione e ha valutato con il senso di autocritica la difficoltà!

Escursione riservata ai soci; max n. 26 partecipanti; contributo organizzativo 20 euro

Per partecipare

L'escursione impegnativa e suggestiva per motivi di sicurezza è riservata ad un max di 26 partecipanti, **esperti e allenati**. Prima di iscriversi si raccomanda di leggere attentamente la descrizione.

In caso di pullman al completo, per eventuali disdette comunicate dopo la chiusura delle iscrizioni resta dovuta la quota di 20 euro, salvo eventuali subentri da lista di attesa

Introduzione

Il distretto vulcanico del *M.te Arcuentu* è un imponente rilievo di origine vulcanica che si eleva per 784 m slm, e domina la pianura del Campidano e le coste della Marina di Arbus. Esso appare come un imponente bastione di nera roccia seguito da una sequenza ad arco di creste dentellate a settentrione, da *Bruncu Is Burras*, *Genna Limpia* fino all'*Arcuenteddu*. Il complesso si presenta aspro con pinnacoli, vallecole, anfratti, torrioni e dicchi, che costituiscono un ambiente ideale dove trovano riparo rapaci tra cui sparvieri, gheppi, aquile reali, nonché rettili

e insetti. Le prominenze rocciose presentano ai lati una fitta macchia mediterranea un tempo ricoperte di fitta vegetazione con boschi di querce e composta da corbezzoli, lentisco, fillirea, olivastri e da ginestre in varie specie. Attualmente l'area è soggetta a pascolo eccessivo sia ovino che caprino, riducendo notevolmente la copertura originale.

Tra le emergenze culturali i resti del castello medioevale di "Erculentu" da cui deriva probabilmente il nome di tutto il complesso vulcanico.

Il distretto è stato dichiarato sito di importanza comunitaria per la notevole valenza naturalistica e paesaggistica, L.R. 29 del 1989 N°31 sull'istituzione di parchi, delle riserve naturali e dei monumenti naturali per la presenza di numerose specie animali e vegetali alcune in grave pericolo d'estinzione come il cervo sardo, la specie è stata inserita come prioritaria nelle liste dell'allegato II della direttiva "Habitat " 92/43/CE.



Aspetti geologici

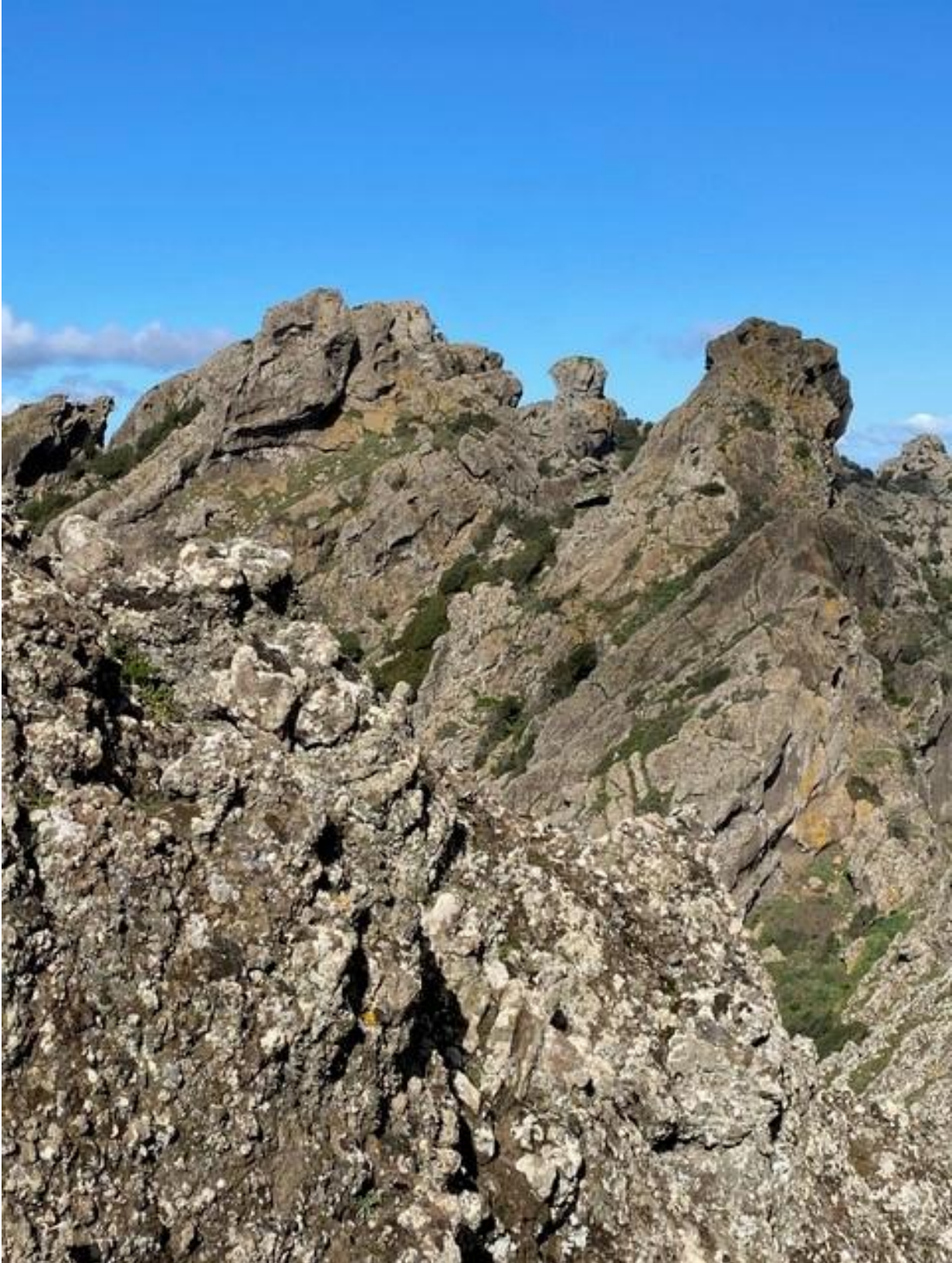
Il nostro itinerario si svolge attraverso le creste da 599 m slm del *Bruncu Is Burras*, fino ai 603 m slm di *Arcuenteddu*, disposte ai fianchi del *M.te Arcuentu*, il centro di emissione più rilevante e di cui ne fanno parte integrante. Si presentano con una morfologia tormentata, complessa e molto suggestiva. Si tratta di un immenso edificio vulcanico che si estende per circa 10 km di lunghezza con orientamento NW-SE. Ha iniziato la sua attività nell'era Terziaria tra i periodi Oligocene e Miocene, le cui lave denotano un'attività durata vari milioni di anni quando la nostra isola si trovava nei pressi della costa della Provenza, in un intervallo di tempo compreso tra i 20.6 ma e 18.3 ma, l'attività è terminata quando l'isola ha raggiunto la posizione attuale circa 18 Ma fa. L'edificio è per gran parte sprofondato sul versante occidentale della fossa campidanese mentre a settentrione il massiccio si presenta fortemente modellato dall'erosione selettiva e ridotto notevolmente nella sua struttura originale, di cui rimangono i residui dei centri di emissione minori tra cui *Bruncu Is Burras*, *Arcuenteddu*, ed altre emergenze geologiche che costituiscono la tipica dentellatura. I prodotti vulcanici sono formati in prevalenza da basalti - andesitici, dei quali si può osservare in alcuni tratti del percorso la tipica fratturazione colonnare e da brecce originate in seguito allo smantellamento dell'edificio. Gran parte del nostro percorso si svolge su depositi piroclastici (ceneri, lapilli e

scorie), la cui genesi, dovuta ad una fase esplosiva del vulcano, deriva dal materiale magmatico bollente fuoriuscito e strappato dal camino vulcanico durante l'emissione del magna, e depositato ai fianchi dell'edificio. Tutte queste vulcaniti sono attraversate da cortei filoniani, chiamati "dicchi", essi appaiono come grandi muri che risalgono radialmente il pendio, alcuni dei quali raggiungono altezze ragguardevoli fino a 8 metri di altezza e 3 di spessore come il dicco di *Miali Isu* a occidente del *Bruncu Is Burras*. Essi rappresentano probabili vie di alimentazione del vulcano, e hanno una composizione prevalentemente basaltico - andesitica. Andremo a visitare il dicco fessurato in due grandi blocchi del *Bruncu Is Burras*, di notevole rilevanza e bellezza, così come i neck o colli vulcanici delle nostre creste molto suggestive agli occhi degli escursionisti.



Come si arriva

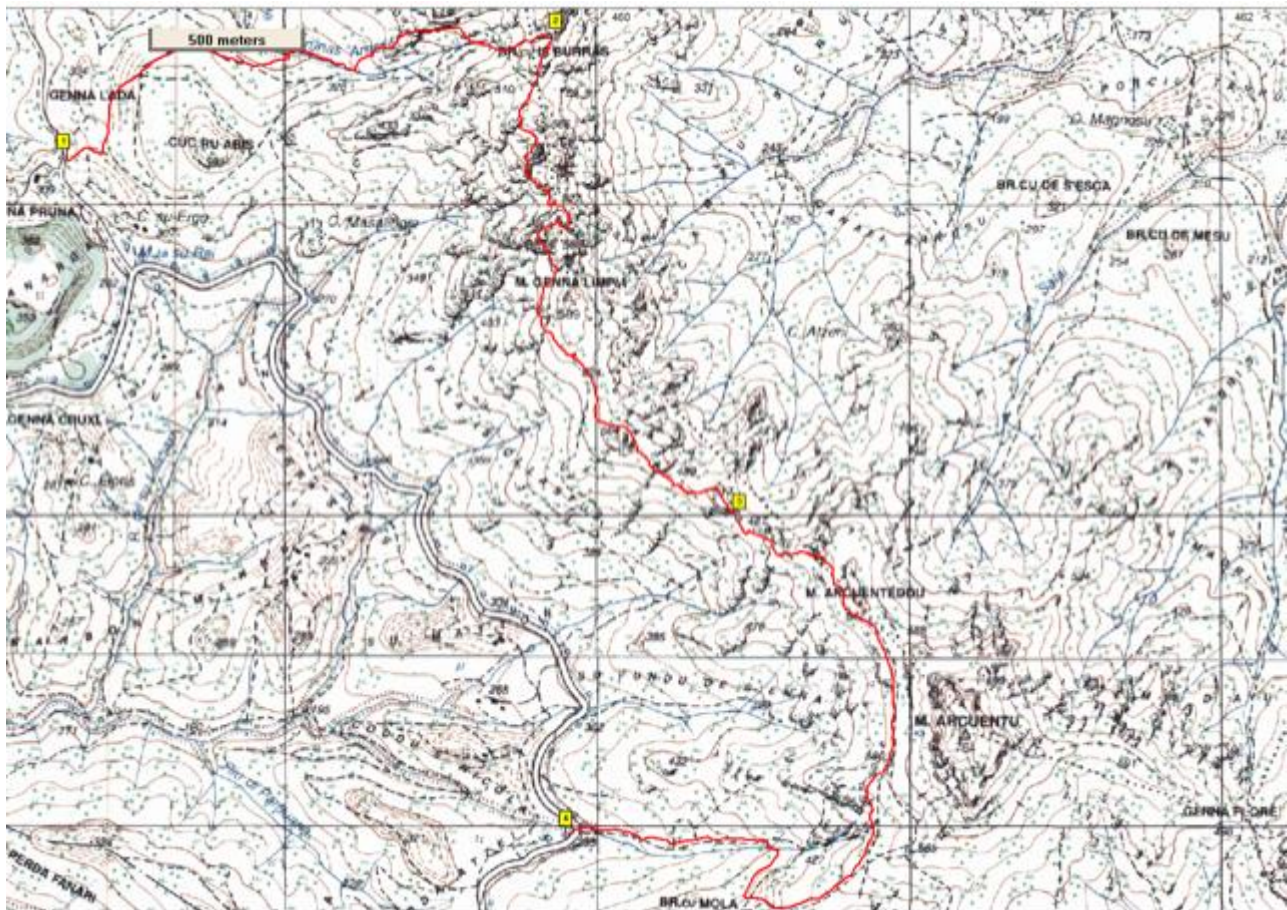
Dal parcheggio Media World si percorre la SS 131 in direzione Sanluri. Al km 46,4 si prende a destra la deviazione per la SS 197 in direzione Guspini. Giunti alla periferia del paese, alla rotonda si svolta a destra e si percorre la via Eugenio Montale. Alla seconda rotonda si prosegue dritto. All'incrocio con la via Gramsci si svolta a sinistra e si continua fino all'incrocio con viale Marconi dove si svolta a destra (in prossimità del cimitero) proseguendo sulla SP 4/SP 66 in direzione Montevecchio. Superato il borgo si prende la SP 4/ SP 65 fino al km 11, a *Mitza Su Rei*.



Itinerario a piedi

Dalla SP 65 a *Mitza su Rei* (285m) imbocchiamo uno sterrato rotabile (per circa 400 m) che porta a un agriturismo. Di fronte verso destra inizia uno sterrato percorso soltanto da mucche e trattori (punto 1). In caso di piogge precedenti alla escursione questo tratto può risultare molto fangoso e di conseguenza scivoloso. Superiamo un cancello che impedisce il passaggio ai bovini e voltiamo a sinistra, poi aggiriamo la collina *Cuc.ru Abis* a nord. Dolcemente scendiamo lungo un sentiero usato dai bovini nella valle *Canalis Is Pruinas Arestis*. Per un tratto costeggiamo il ruscello. Dal fondo valle iniziamo la salita - ormai fuori sentiero o su qualche labile calpestato. Ci dirigiamo verso il *Bruncu Is Burras* passando però vicino a un bellissimo esemplare di dicco, formazione tipica della zona (vedi introduzione) e ci fermiamo per qualche foto. Poi scendiamo di nuovo nel fondo valle e dopo una salita ripidissima raggiungiamo il roccione marcante del *Bruncu Is Burras* (punto 2) a circa 560 m. Ci troviamo ora sulla cresta frastagliata che porta fino al *Monte Arcuentu*, si estende in un ampio arco prima verso sud poi a sudest. Abbiamo un mondo incantato di rocce vulcaniche attorno a noi e strada facendo cambiano le prospettive e con esse le forme impressionanti. Non lasceremo la cresta prima di arrivare al *Monte Arcuenteddu*. Cerchiamo i passaggi dovendo tenerci spesso in equilibrio sulle rocce vulcaniche. Da vicino sembrano fatte di palle non ben cementificate. E facendo la prova ci accorgiamo che questi pezzi si staccano facilmente tirandole via. Per questo motivo è sconsigliato tirarle per salire o scendere perché facendo così rappresentano un pericolo! Con ripetute e faticose salite e discese (sempre tra i 500 e 600 m) superiamo *Monte Genna Limpia* (568 m). A questo punto abbiamo un tratto di terreno dolce e erboso davanti a noi con una vista molto bella sul *Monte Arcuentu*. Qui cerchiamo un posto riparato dal vento per la pausa pranzo. Con rinnovata energia scendiamo tra tratti erbosi e roccia nuda verso il punto più basso del lungo crinale (circa 485 m al punto 3). Poi saliamo ancora una volta per il punto più alto della escursione sotto la roccia marcante del *Arcuenteddu* (a circa 590 m) che sta ai piedi del *Monte Arcuentu*. D'ora in poi ci attende soltanto discesa: passiamo per una zona boscosa sotto il *Monte Arcuentu* e uscendo dal bosco ci avviciniamo lentamente degradando al sentiero principale che viene da Arcuentu (a circa 530 m). Poi percorriamo uno dei sentieri più marcati che si dirigono verso la strada provinciale e all'unico posto in cui ci può aspettare il pullman (punto 4 a circa 300 m).





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 BIODERADABILI; 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

Petra Grom, Rosa Masala, Paolo Profeta (AE)

Si ringrazia Giacomo Pollano per la collaborazione tecnica

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)