

In Mountain bike nelle foreste

Is Janas La gola della cascata

Barbagia di Seulo, a sud del Gennargentu: un percorso semplice e scorrevole, anche grazie ai numerosi chilometri su asfalto, che termina con un suggestivo parallelo con la ferrovia del Trenino Verde.

Si parte dal comune di Sadali. La base è posta nel distributore di benzina posto al Km. 32,100 lungo la S.S. 198, poco dopo il bivio per Sadali.

Il percorso

Inforcate le mountain-bike proseguiamo lungo la S.S. 198 verso Seui sino al bivio (Km. 33,200) che, a sinistra, conduce a Seulo. Dopo circa 1,5 km di asfalto svoltiamo a sinistra per una stradina sempre asfaltata con indicazione Grotte Domus de Janas.

La strada asfaltata termina in una piazzetta alla cui destra sorge il centro servizi per la gestione delle visite alle splendide grotte. Da qui si scende verso l'ingresso delle grotte seguendo il difficile percorso dei gradini, oppure un sentiero che sulla sinistra riporta al riu Tidacco dopo un tornante a destra.

(Foto 1) Giunti al rio passiamo alla sua destra orografica per intraprendere uno stretto sentiero che si fa strada attraverso una fitta boscaglia addentrandosi in una gola che, in breve spazio, precipita giù sotto i nostri occhi evidenziata dalle pareti verticali di roccia scura.

Un cavo metallico funge da protezione da eventuali cadute e ci conduce ad una scalinata scavata nella roccia che, con altissimi gradini, ci fa scendere sino alla quota del rio.



Foto 1. Dalle Domus de is Janas alla scala nella roccia

Dati tecnici sul percorso:

Escursionisti: Roberto Zedda, Roberto Fornea

Livello percorso medio

Base di partenza Sadali

Tempo di percorrenza ore 2-2.5

Riferimenti cartografici IGM F. 530 - sez. II

Pedalabilità 99%

Percorso inverso 98%

Quota di partenza m slm 770

Massima quota raggiunta m slm 1125

Dislivello m 550

Max. p% media salita p = 8%

Max. p% media discesa p = 9%

Lunghezza km 26

Salita km 8

Discesa km 9

Piano ($\pm 3\%$) km 9

Strada asfaltata km 13

Strada sterrata km 4.5

Sentiero tratturo km 8.5

Single track km 0

(Foto 2) Il sentiero prosegue piegando sulla destra sino ad interrompersi in prossimità di una caverna scavata nella roccia dove, con nostro grande stupore, scorgiamo la cascata di "Su Stampu e su Turrunnu": un incredibile passaggio del riu Spineddai che forma la cascata passando attraverso uno spettacolare squarcio nella roccia, per gettarsi nel riu Trassadioni. E' un vero spettacolo che ci godiamo per diversi minuti, scattando foto ed osservando da diversi punti di vista. Riprendiamo l'escursione seguendo la destra del riu Trassadioni lungo un sentiero costeggiato da una robusta recinzione in legno. Tenendo la destra risaliamo lungo la sinistra orografica del riu Lareri sino ad un casolare dove il tratturo lascia spazio ad una



Foto 2 - Su Stampu e su Turrunnu

sterrata più larga e comoda che continua a salire immersa nel fitto bosco. Dopo un breve tratto, giungiamo ad un incrocio con una strada asfaltata dove svoltiamo a destra per un chilometro di falsopiano che ci riporta alla strada asfaltata per Seulo. Svoltiamo a destra in discesa e poi subito a sinistra per una sterrata che si inerpica in un'area di rimboschimento. Dopo circa un chilometro svoltiamo a sinistra ad un bivio ad "Y" per proseguire in leggera salita sino ad un pluribivio. Un sentiero prosegue dritto a noi; un altro sentiero svolta decisamente a destra per biforcarsi attraverso un cancello in legno; un'altro ancora va dritto e piega a sinistra in leggera discesa ed un altro svolta a sinistra con un tornante. Noi seguiamo il primo che va dritto in leggera salita e di cui possiamo seguire il tracciato sin su al passo di "Arcu Lareri" (1100 m.). Percorriamo l'ultimo tratto di salita su asfalto e con un fortissimo vento di maestrale che a tratti ci spinge ed a tratti ci sposta lateralmente con le sue potenti raffiche. (foto 3)

Foto 3. Alla fine della lunga salita, giungiamo al valico



La cascata di Su Stampu e Su Turrunnu

Il vasto territorio compreso tra Sadali e Seulo è ricco di fenomeni naturalistici di rilievo: grotte, inghiottitoi, belle foreste, torrenti, alcuni dei quali formano cascate di varia altezza. Su Stampu 'e Su Turrunnu o Su Tùrnu è un fenomeno carsico determinato dal torrente che ha scavato un pozzo di circa dodici metri dove l'acqua, dopo alcuni salti, precipita attraverso un largo foro nella volta della grotta, cadendo fragorosamente al centro di un laghetto. Quindi l'acqua che vediamo, proviene da un canale naturale che s'immette nel pozzo-inghiottitoio, dopo un dislivello di 16 metri. Dopo Su Stampu e Su Turrunnu la valle piega decisamente verso ovest, contornando le aspre e ripide pareti del Taccu della Foresta di Addoli.

Siamo in un punto panoramico. Alle nostre spalle vediamo il Monte Perdedu (1334 m.), alla sinistra il gruppo montuoso del Gennargentu e, di fronte a noi il solitario tacco di "Perde Liana". La strada, ora sterrata, prosegue a salire di circa 40 metri per giungere, aggirando il Bruncu Lareri, ad un bivio con un'altra larga sterrata dove svoltiamo a destra per intraprendere una lunga e veloce discesa, dominata a monte da numerosi promontori tra cui spicca il curioso nome di "B.cu Maometto". Alla fine della discesa svoltiamo a destra per salire ad Arcu Spinneddai (1000 m.) trascurando le deviazioni minori, per poi riprendere la discesa. Teniamo la destra ad un bivio ad "Y" da cui scorgiamo un ponte della ferrovia su cui corre (si muove!) il Trenino Verde. Proseguiamo a scendere mentre la sterrata pian piano perde pendenza sino a costeggiare i binari (foto 4).

Foto 4. La ferrovia su cui viaggia il Trenino Verde





Dopo un passaggio a livello, il sentiero si immette sulla S.S. 198 che seguiamo in salita, a destra, verso Sadali. Un lungo tratto di discesa con numerosi tornanti ci immette nel rettilineo di Sadali dove sorge il distributore che custodisce la nostra macchina.

Alla scoperta delle foreste con il trenino verde

Sono oramai 20 anni che questo nome identifica il servizio turistico delle Ferrovie della Sardegna. Promosso insieme all'Ente Sardo Industrie Turistiche, al World Wildlife Found e a Italia Nostra, questo nuovo modo di viaggiare attraverso l'isola ha segnato, anno dopo anno, uno straordinario successo, così da diventare una delle offerte turistiche più importanti della Sardegna.

Il paesaggio che si attraversa non è raggiungibile in altro modo ed il treno procede lentamente, quasi con delicatezza per non disturbare un ambiente che regala al viaggiatore immagini da sogno. Un viaggio conoscitivo e culturale. "Sembra che gli ingegneri costruttori abbiano disegnato il tracciato di queste ferrovie pensando alle esigenze del turista di oggi" affermava un funzionario UE in visita su queste linee. D'accordo, è impensabile che nel 1888 si potesse prevedere l'attuale desiderio di contatto con l'ambiente puro e incontaminato sardo, però è incredibile come il tracciato di queste linee attraversi alcune delle zone meno conosciute dell'isola.



REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA
ENTE FORESTE DELLA SARDEGNA

SardegnaForeste

www.sardegnaforeste.it



IS JANAS

L = 26 Km - Dq. = 550 m

