



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Oristano

Escursione montagnaterapia N. 6 di sabato 11/11/2023 Monte Sant'Antonio (Macomer)



[Chiesetta campestre Sant'Antonio da Padova. Foto di A. Pilia]

PRESENTAZIONE: Il Monte di Sant' Antonio, nel territorio di Macomer (NU), è un rilievo di origine vulcanica che si erge per circa 800 metri e sulle cui pendici si estende un'area verde di 277 ettari, composta principalmente da roverelle, sugherete e rimboschimenti di leccio e castagno. Una vera oasi di verde dall'atmosfera fiabesca e di grande valore ambientale, naturalistico e archeologico, distante appena otto chilometri dal centro urbano di Macomer (NU).

COMUNI INTERESSATI: Macomer (NU)

DURATA: 5 ore

DATI TECNICI: circa 8 km complessivi di strada sterrata e asfalto. Dislivello cumulato in salita: 150 m circa

CLASSIFICAZIONE: Turistica (T; vedere «*Classificazione dei percorsi in base alle difficoltà in ambito escursionistico e cicloescursionistico*», scaricabile dal nostro sito web).

DIRETTORI DI ESCURSIONE: Alessandro Pilia, Lucio Deriu

RADUNO: ore 08:00 al parcheggio del Rimedio a Oristano

PRENOTAZIONE: compilare il modulo al link bit.ly/cai_escursione che trovate anche alla pagina web del nostro sito <https://www.cai.it/sezione/sez-oristano/attivita/montagnaterapia/> entro venerdì 10 novembre ore 12:00

LIMITAZIONI: fino a un massimo di 20 solo soci CAI Oristano, oltre agli ospiti e agli accompagnatori della cooperativa convenzionata. Tra i soci, sarà data precedenza a chi già partecipa alle attività della Commissione di montagnaterapia.

MEZZI E PASTI: Spostamento con auto propria e pasti a carico dei partecipanti

AVVERTENZE: durante l'escursione è buona norma non superare il Direttore che precede la comitiva e avvisare il Direttore a fine comitiva in caso di sosta per qualunque motivo. In caso di smarrimento e non conoscendo il percorso è buona norma non allontanarsi dal tracciato e provare a chiamare uno dei partecipanti per dare l'allarme.

EQUIPAGGIAMENTO: portare acqua a sufficienza, abbigliamento per proteggersi da sole e pioggia. Sono obbligatori zaino e scarpe da trekking

DESCRIZIONE: Il percorso parte dal rifugio in località "su Cantareddu" (700 mt. s.l.m.) ubicato all'interno dell'omonimo parco (vedi foto sotto) con attorno i caratteristici "Suiles", ossia antichi ricoveri per i maiali, utilizzati in passato dai pastori della zona. Il percorso che conduce in cima al monte (800 mt. s.l.m.) si snoda lungo un comodo sentiero sterrato detto "Intro 'e Monte" (entro il monte), lo stesso che si percorre il 12 e il 14 di giugno in occasione della Festa dedicata al Santo di Padova, dopo circa 60 minuti raggiungiamo il parco di Sant'Antonio. Il parco risulta attrezzato di una comoda area picnic. Salendo ancora lungo il sentiero lastricato, si arriva sullo slargo dove è ubicata la chiesetta campestre dedicata a Sant'Antonio con accanto uno scenografico altare a cielo aperto. Poco discosto dalla chiesetta, immerso nella vegetazione, si erge un nuraghe monotorre ancora ben conservato, dalla cui sommità si può godere uno splendido panorama che, oltre alla foresta sottostante, comprende la vista su Montiferru e Planargia. Il rientro alla base di partenza avverrà lungo la comoda e poco trafficata strada asfaltata che si snoda anch'essa entro il bosco.



